

འབྲེལ་བའི་ལྷ་མོ་ལྟེན་པའི་ལྷ་མོ་



བོད་གཞུང་གི་སྐད་ཡིག་ལས་བྱུང་སྐད་ཀྱི་སྐད་

༢༠༩། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ།

ཐོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས།

བོད་ཁྱབ་བརྒྱ་ཡི་དོ་སྙོམས།

ཚུམ་སྒྲིག་འགན་འཛིན། ཀམ་སྒྲོན་ལམ།
 ཚུམ་སྒྲིག་པ། སྐལ་བཟང་མཁས་གྲུབ།
 གྲླེན་སྒྲིག་དང་པར་གཞི་རྒྱས་འགོད། བསྐྱར་དབང་།
 ལྷ་དག་པ། ཀམ་སྒྲོན་ལམ། ལུང་ཆེ་རིང་།
 རི་མོ་དང་། ཁ་ཤོག་རྒྱས་འགོད་པ། ཆེ་བཞན།

Copyright © 2005 Department of Education
 All rights reserved
 First Edition 2005
 Printed by: Sherig Parkhang/TCRPC
 ISBN 81-86627-50-2

Acknowledgement: Financial support from ARTIC (Association for Rengein Tanjouji International Cooperation) Japan has made this publication possible.

Published by: Publication cell, Department of Education, Central Tibetan Administration of H.H. The Dalai Lama, Gangchen Kyishong, Dharamsala 176215, Himachal Pradesh, India.

སྒྲིག་སྒྲུབ།

༡༩༩༩ ལོའི་ག་བོད་གཞུང་གིས་རིག་ཚུམ་སྒྲིག་ཆན་པས་ལོ་མང་རིང་བོད་སྐད་ཆོར་ཚུམ་ཡིག་འབྲི་སྒྲིབ་དང་། ཤེས་ཆད་གོང་འཕེལ་ཡོང་ཐབས་སུ་སྐྱེ་འབྲེལ་སྒྲུབ་གཏམ་དང་། བཅུམས་སྒྲུབ་། ཏུས་ཆེན་དོ་སྙོམས། བརྒྱུ་མཆོག་ཡབ་སྐུ་གྱི་མཛད་རྣམས། ཕྱི་སྒྲིབ་པའི་སྒྲུབ་གཏམ། མཆོར་གཏམ་ཐོགས་རྒྱར་ལྟའི་དེབ་རིགས་གང་མང་པར་སྐྱུན་དང་འབྲེམས་སྒྲིབ་ལྟས་པར་རྒྱ་ཆེའི་ཁྲོག་པ་པོ་རྣམས་དང་། ལྷག་པར་སྒྲོབ་བྱ་ཁག་གི་སྒྲོབ་སྐབས་རྣམས་ལ། དེ་བཞིན་གདན་ས་ཁག་གི་བྱ་གཞིན་རྣམས་པ་བཅས་ཀྱིས་དགའ་མོས་ཆེན་པོ་གནང་བཞིན་ཡོད་སྟོར་ང་ཚོར་ཡིག་ངག་གཉིས་ནས་འབྲེལ་བཟོད་གནང་མཁན་རབ་དང་རིམ་པ་གྲུབ་པར་བཞེན། ལས་དོན་འདི་སྐྱེ་མཐུན་བསྐྱུ་བ་རྒྱུ་སྒྲོབས་སེམས་ཆེན་པོ་སྒྲིག་། རང་རེའི་བཅོན་གྲོལ་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་སྒྲོབ་སྐབས་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་མ་རྣམས་ལ་བོད་ཡིག་གི་རྒྱར་ལྟའི་དེབ་རིགས་སྐྱ་མང་མཁོ་བ་དང་། ལྷག་པར་བོད་ཀྱི་ཆས་གོས་ལས་དམིགས་བཀར་ལྷ་མོའི་སྒྲོར་གྱི་དཔེ་དེབ་ནི་ཉ་ལམ་མེད་པས་དེ་སྐྱེ་དཔར་སྐྱུན་ཟིན་པའི་<<ཐ་ཡུལ།>>ཤེས་བྱའི་བང་མཛོད་ཁག་ཏུ་བོད་ལྷའི་སྒྲོར་རིམ་པས་དོ་སྙོམས་ལྟས་པ་རྣམས་ཐངས་འདིར་སྤྱོད་སྒྲིག་གྲུས་ཏེ་<<བོད་ཁྱབ་བརྒྱ་ཡི་དོ་སྙོམས།>> ཅེས་པའི་དེབ་སྒྲིབ་འདི་པར་སྐྱུན་དང་འབྲེམས་སྒྲིབ་ལྟས་པར་རྒྱ་ཆེའི་ཁྲོག་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དགའ་མོས་ཐོབ་སྐྱེ་དང་། ལྷག་པར་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆོག་ཆས་གོས་ཀྱི་ཤེས་རྒྱ་རིམ་བུ་གཏོང་རྒྱར་མན་སྤོགས་ཡོང་བའི་རེ་བ་བཅས།

བོད་གཞུང་གིས་རིག་ཚུམ་སྒྲིག་ཆན་པ་ནས།
 བོད་ལྷལ་ལོ་ ༢༠༣༢ ཤིང་བྱ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༥ ལོར།

སྤྱི་བཤད།

༡། བོད་འདི་འཛམ་གླིང་ཡང་ཅེར་ཆགས་ཡོད་པས་གནས་གཤིས་གང་དར་གྱི་
 ཁྱོད་དུ་འཆོག་ནས་བྱེད་པའི་བོད་མི་རྣམས་གནས་དུས་ནས་གྲོན་གོས་ལ་དོ་སྣང་
 བཅི་མཐོང་ཆེན་པོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ལ། ལྷག་པར་བོད་ལྗེ་ཉི་གྲོན་གོས་ཀྱི་གྲས་
 ལྟ་བུ་བ་མ་ཟད། མཛེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཆའི་ཁོངས་སུ་འདྲ་བཅི་བ་ཡིན། དེ་ནི་
 ལུས་ཀྱི་སྤྱི་གཙུག་དུ་གྲོན་པའི་གོས་ཀྱི་སྤྱིང་མ་དེ་ཡིན་པས། མིང་ལའང་སྤྱི་བོའི་
 ཅོད་པན་ནས་མགོ་བོའི་གོས། མགོ་བོའི་རས་ལ་སོགས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཤིན་དུ་
 མང་། འཛམ་གླིང་འདིའི་སྤྱིང་བོད་ནི་ལྷ་མོའི་རྣམ་གྲངས་མང་ཞིང་། བོད་སྤྱིད་དང་
 དར་བྱ་ཆེ་གོས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་བཤད་ཆོག བཟོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ནི་ཕལ་ཆེ་བ་སྤྱུས་
 ཀ་དག་ཅིང་རིན་ཐང་ལྡན་པ། བཟོ་དབྱིབས་ནི་གངས་ཅན་མི་རིགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་
 རྣམས་གཟེངས་སུ་ཐོན་པའི་རྩ་ཆའི་རིག་གནས་སྤྱི་ཅལ་གྱི་མཚོན་རྟགས་ཞིག་དུ་
 གྱུར། བོད་ལྗེའི་རྣམ་གྲངས་ལ། ལྷ་མོ་འབྲོག་ཆེན་དང་། ཡང་ལྷ། སྨ་ལྷ། ཉ་ལྷ་
 ཐོ་མོར། སོག་ལྷ། རྒྱ་ལྷ་ལིས་མོ། ཨར་ལྷ། རྩ་བཞི། རྩོག་རིལ། སྨ་ལྷ་ལྷག་རིང་།
 ཆར་ལྷ། སྤྱིང་ལྷ། ཆར་ལྷ། ཅེ་ལྷ། པན་ལྷ། སྒྲོམ་ལྷ་སོགས་རྣམ་གྲངས་ཤིན་དུ་མང་
 རའང་བོད་མི་རིགས་ལ་ཆ་རྒྱས་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཆེ་ལྷ་མོ་དེ་དག་ལས་མི་དེ་
 དང་དེའི་ཐོབ་གོ་གནས་མཐོ་དམན། བྱིས་དཔལ་འབྱོར་བཟང་ཞན། ཆོས་ལུགས་
 ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་བོན་དང་བཅས་པ་ཅི་ཡིན་གང་འཆམས་ཤེས་ཐུབ་པའི་དམིགས་

བསལ་གྱི་བྱང་ཆོས་ལྡན་ཡོད། དེ་བུ་ལ་མཚོན་ན། རང་རེའི་ས་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་
 ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གནས་བབ་དང་། གནས་གཤིས་དྲོ་གང་དབང་གིས་ལྷ་མོར་དབྱར་ལྷ་
 དང་། དགུན་ལྷ་ཞེས་རིགས་ཆེན་མོ་གཉིས་སུ་བསྐྱུས་ནས་དེའི་ནང་གསལ་ལ་
མི་སྤྱིའི་ལྷ་མོ། དཔོན་བོའི་ལྷ་མོ། ཆོས་པའི་ལྷ་མོ།བཅས་སུ་དབྱེ་ན་མ་འགྲིག་པ་
 མེད། དེ་ལྟར་བྱང་ཆོས་སྤྱན་སྤྲུམ་ཆོགས་པའི་བོད་ཀྱི་ལྷ་མོ་འདི་དག་ནི་ལོ་རྒྱུས་
 འཕེལ་འགྱུར་གྱི་འགྲོས་དང་བསྐྱུན་ཏེ་གཙོ་བོ་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསར་བཟོ་
 དང་དར་སྤེལ་བྱས་ཏེ་རྒྱ་ཆ་དང་བཟོ་དབྱིབས་སོགས་ཇེ་ལེགས་ཇེ་མཛེས་སུ་སྤྱན་
 པར་མ་ཟད། དེ་དག་ལས་རེ་བྱུང་ནི་རྒྱལ་ཁབ་བཅས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་ལྷ་མོར་དཔེ་
 གྲུངས་ནས་བཟོས་པའང་བྱུང་ཡོད།

ཐོན་ཀྱང་དེང་གི་ཆར་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པར་སྤེལ་བའི་ང་ཚོའི་འཛམ་གླིང་
 འདི་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་གྱི་མཐོ་རྒྱལ་དགུང་དུ་འཕུར་བཞིན་ཡོད་ནའང་། མི་རེ་
 རྒྱང་ནི་སྤར་ལུས་ལ་སློག་ཆགས་ཀྱི་པགས་པ་གྲོན་པའི་དེའི་དུས་རབས་ཀྱི་འདྲ་
 ཤེས་དེ་དག་དུང་མ་ཡལ་བར། སྨ་མོ་བསད་ནས་སྨ་ལྷ་བཟོ་བ་དང་། ལུ་གུ་མང་
 བོ་བསད་ནས་ཆ་རྩའི་སྤུ་བ་དང་ཆར་ལྷ་བཟོ་བ། སྤྱི་ལྷན་སློག་ཆགས་རྒྱང་ཆགས་སྤུ་
 ཆོགས་བསད་ནས་ཆེ་རིང་སྤྱིན་ཁེབས་དང་། ཡང་ལྷ་བཟོ་བ། ལྷག་དང་། གཟིག་
 དང་། སྤུ་ལ་སོགས་པ་བསད་ནས་གྲོན་གོས་ཀྱི་མཐའ་ལ་མཛེས་རྒྱན་གཏོང་
 པ་སོགས། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་རྩ་ཆའི་ཆེ་སློག་འབྲོག་ནས་རང་གི་ལུས་ལ་

མཛེས་ཀྱི་སྤྲུལ་པའི་སྤྱོད་ལམ་འདི་ནི་སྤྲུལ་བསྐྱེས་ཀྱང་ངོ་ཆ་བྲེལ་གཞུང་མེད་པ་
དང་། ཡང་སྤྱིང་རྩེ་མེད་པ། བསམ་ཤེས་ཀྱི་གོ་དོགས་མེད་པ་མ་ཟད། ལྷག་པར་ང་
ཚོས་རྒྱན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་
ཅིག་། ཅེས་པའི་ཆད་མེད་བཞིའི་སྦྱོན་ཆོག་བཏོན་དང་འདོན་བཞིན་པའི་དགོངས་
དོན་དང་མི་མཐུན་ཞིང་། ཡང་སྦྱོས་པ་གོང་ས་པ་སྤྲུབས་མགོན་ཆེན་པོའི་འཆེ་མེད་ཞི་
བའི་བཀའ་སློབ་དགོངས་དོན་དང་ཡང་ཡོངས་སུ་འགལ་བས། གྲུ་སྟོའི་བྱ་སྤྱོད་འདི་
ཙ་བ་ནས་སྤྱར་བཅོས་རྣམ་དག་ཅིག་གཏོང་དགོས་གཤམ་ཆེ། ཡང་བའི་སྟོག་
ཆགས་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་སྟོག་ལ་འཆེ་བ་མི་བྱེད་པར་དེང་སང་མིས་ལས་སྦྱོན་གྱིས་
བཟོས་པའི་ལྷགས་རྩུན་དང་སྤྱ་རྩུན་སོགས་སྤྱོད་བདེ་ཞིང་མིག་སྤྱང་ལ་མཛེས་པ་སྤྱ་
ཆོགས་གསར་དུ་ཐོན་བཞིན་པ་དེ་ཆོ་བེད་སྤྱད་དེ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་སྤྱོད་ལམ་མཐའ་
འབྲོངས་ཐོག་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་། ཆས་གོས། ཡུལ་སྟོལ་གོམས་
གཤིས་བཟང་པོ་རྣམས་སྤྱད་སྦྱོབ་བྱེད་བྱེད་པ་བྱུང་ན་དེ་ནི་ནང་བའི་སྤྱ་སྤྱོད་དང་མི་
འགལ་ཞིང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བཟང་སྤྱོད་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡོང་ངེས་བས་བོད་
མི་མཐོ་དམན་བར་གསུམ་ཆང་མས་ཤུར་བྱ་མཉམ་འདེགས་ཡོང་བའི་རེ་སྤྱལ་ནན་
པོ་དང་སྤྱགས་བོད་ཞུ་བཀྱ་ཡི་ངོ་སྤྱོད་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

ཕྱི་ཚེས་དང་པོ་མི་སྐུ་འཁྲུང་ལོ།

ཆེ་མིང་གླིན་ཁེབས།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་བོད་དབྱུང་གཙང་བྲུལ་གྱི་སྐྱེས་པ་ཚོས་དགའ་
དུས་གྲོན་པའི་ལྷ་ཞིག་ཡིན། དེའི་རྒྱ་ཆར་མཚོན་ན། གཞི་
སྤང་བ་ཡིན་ཞིང་། ལྷ་འདེབས་སུ་རྒྱ་སེའམ་སྤྱིན་ཁེབས་
དང་པན་གྲོག་གིས་བརྒྱན་པ་དང་། རྩ་ཆེ་ཆུང་བཞི་ཡོད་པ་དེའི་མཐར་སྟོག་ཆགས་
ཆུང་ཆགས་ཀྱི་འཇམ་མཉེན་ལྡན་པའི་སྐུ་སྐྱེ་ཚོགས་གཏོང་སྟོལ་ཡོད། དུས་སྤེས་སུ་
ཟི་ལིང་བྲུལ་ནས་ལྷ་དེ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཐོན་ཡོད་པས་དེའི་མིང་ལ་འཇམ་གཏོང་
ལྷགས་སྟོག་ཅེས་འབོད་པ་ཡིན།



ཡང་ན།

ཡང་ཞུ་ནི་བོད་དབྱུག་གཙང་ཁུལ་གྱི་བྱང་མེད་ཚོས་ཕྱི་
 གྱིའི་དགུན་དུས་ཀྱི་ཞུ་མོ་ཞིག་ཡིན། ཞུ་མོ་འདིར་ཐོག་མར་
 ཉ་ཞུ་ཞེས་མིང་བདགས་ཡོད་ཀྱང་རྗེས་སུ་དེའི་མིང་ཟུར་
 ཆགས་ནས་ཡང་ཞུ་ཞེས་ཟེར་ལ། འགྱུལ་མཆོག་སྐུ་ཤེང་བཅུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོ་
 མཆོག་སྐུ་ཤེང་ན་ལས་འདས་ཅན་གྱི་རྗེས་སུ། ཞུ་འདིའི་མིང་ལ་སྤང་ཞུ་ཞེས་
 འབོད་སྟོལ་བྱུང་བའི་སྐོར་རང་རིགས་ཀྱི་རབས་ནམས་ཀྱི་གསུང་གྱུན་ལས་ཐོས།



ཕྱིང་ལྷ།



ཕྱིང་ལྷ་ནི་ཕྱིང་པས་བཟོས་པའི་ལྷ་མོ་ལ་ཟེར་ཞིང་། འདི་ནི་བོད་ཀྱི་
མདོ་སྐད་ས་ཁུལ་གྱི་འབྲོག་པའི་བྱེད་ཆོའི་དབྱར་དུས་ཀྱི་ལྷ་ཞིག་
ཡིན།

ཆར་ལྷ།



ཆར་ལྷ་ནི་བོད་ཀྱི་བྱང་འབྲོག་ས་ཁུལ་གྱི་འབྲོག་པ་མོ་མོ་ཆོས་
གྱོན་པའི་ལྷ་ཞིག་ཡིན། བཟོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ནི་ལུ་གུའི་ཆ་རྩ་ཡིན་
པས་ལྷ་མོ་འདི་ནི་ཉ་ཅང་དྲོ་པོ་དང་། མིག་ལ་མཛེས་པོ་ཡོད་
ལ་བཟོ་དབྱིབས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་སྒྲ་ཆོག་གིས་གྲིག་ཡོད་འདུག།

སོག་ལྷ།



སོག་ལྷ་ནི་ཐུར་བོད་ཀྱི་མི་དྲག་ཆོའི་ཞབས་ཕྱིའམ་གཡོག་པོ་
ཆོས་གྱོན་རྒྱུའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་
ས་ཁུལ་ཁ་ཤས་ནང་ཆང་ས་རྒྱག་སྐབས་མནའ་མར་བསྐྱོན་
གྱི་ཡོད་ཚུལ་བོད་རྒྱ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ནང་གསལ་ལ།

ཨར་ལྷ་འམ་ཕྱིང་ལྷ་ཙེ་རིང་།

ཨར་ལྷ་འམ་ཕྱིང་ལྷ་ཙེ་རིང་ནི་བོད་ཀྱི་མདོ་སྐད་རེབ་གོང་ལ་སོགས་
པའི་ས་ཁུལ་མི་རྒྱུང་བ་ཞིག་གི་མོ་མོ་ཆོས་དང་ཆེན་ཆེན་པོ་བྱེད་
པའི་དབྱར་དུས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་མདོ་སྐད་ཀྱི་ས་ཁུལ་
ཁག་དུ་ལྷ་འདིའི་བཟོ་དབྱིབས་མི་འདྲ་བ་རེ་རྒྱང་ཡོད་པར་སྒྲིང་།



ཆ་ལྷ།



ཆ་ལྷ་ནི་ཆ་ལྷགས་ལས་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན་མིང་ལའང་ཆ་
ལྷ་ཞེས་བྲགས། དེ་ལ་གོས་ཆེན་གྱི་རྒྱབ་ཤ་བརྒྱབ་པ་དང་མི་རྒྱག་པ་
སྒྲ་ཆོག་ས་ཡོད་པ། བོད་ཀྱི་མདོ་སྐད་སྐད་ཁུལ་གྱི་མོ་མོ་ཆོས་གྱོན་
རྒྱུར་དར་སྒོལ་ཆེན་པོ་ཡོད། ལྷག་པར་ཡུལ་ལུང་སོ་སོར་ལྷ་དབྱིབས་
མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད། དཔེར་ན་ཨ་མདོ་ར་བ་ས་ཁུལ་གྱི་བོད་རིགས་ཆོས་ཆ་ལྷ་ལྷག་རིང་
གྱོན་ཞིང་། ཟླ་བྲང་བཟླ་ཤིས་འབྲེལ་ཁུལ་གྱི་བྱེད་མེད་ཆོས་ཐུར་ལྷ་གྱོན་པའི་སྒོལ་ཡོད་པ་
སོགས་མང་དུ་མཆིས་སོ།

ཀོང་ལྷ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་ཀོང་པོའི་ཡུལ་གྱི་སྤྱིས་པ་ཆོས་རྒྱན་དུ་གྱོན་སྒོལ་ཡོད་པའི་
ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་མོ་འདི་རྒྱ་ཕྱིང་པར་ཆོས་ནག་པོ་བརྒྱབ་ནས་བཟོ་
དབྱིབས་འདི་འདྲ་བཟོས་པ་དང་དེའི་མཐའ་ལྷགས་ལ་སྤྱིང་ཁབ་དང་པན་
གྱོག་སོགས་གཏོང་སྒོལ་ཡོད།

བྱ་ལྷ།



བྱ་ལྷ་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཀོང་པོའི་ཡུལ་གྱི་བྱ་དཔེ་ཚོས་གྲོན་པའི་ལྷ་
མོ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་མོ་འདིའི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་ནི་ཕྱིང་པས་བཟོས་པ་
ཞིག་ཡིན་ལ། ལྷ་མོ་འདིའི་མཐའ་ལ་སྦྱིང་ཁབ་ཁ་རིས་ཅན་གྱིས་
རྒྱན་པ་དང་། ལྷ་དེའི་མདུན་སྟོགས་སུ་བཡ་ཡི་གཤོག་པ་འདྲ་བའི་ཅེ་གཉིས་ཡོད།
མགོ་ལ་གྲོན་སྐབས་བྱ་གཤོག་འདྲ་བའི་ཅེ་གཉིས་མོ་མདུན་སྟོགས་སུ་གཏད་ནས་
གྲོན་པ་མ་ཟད། སྐྱ་ལན་བྱར་སྐྱ་བྱབས་ཚོན་མདོག་ནས་བར་བཀྲ་བ་སྐྱར་བ་དང་སྐྱ་
བྱབས་དེ་ལྷ་མོའི་མཐའ་ནས་དཀྱིས་ཏེ་འཛོག་པ་ཡིན།

སྐྱ་དོག་ལྷ་མོ།



སྐྱ་དོག་གི་ལྷ་མོ་འདི་ནི་དུས་ཕྱིས་སུ་དར་བྱུང་བྱུང་བའི་ལྷ་མོ་
དྲོད་ཅན་ཞིག་ཡིན། ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྐྱ་དོག་གིས་ལྷས་ནས་བཟོས་
པ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་མོ་འདིར་པལ་ཚོག་ནང་ལྷ་མོ་སུའི་ལྷ་མོ་ཡང་
ཟེར། ལྷ་མོ་འདིའི་ཚོས་གཞི་དང་བཟོ་དབྱིབས་ལ་ངེས་གཏན་མེད། སྐར་སོ་སའི་སྟོ་
འདོད་བཞིན་བཟོ་ལྷ་སྐྱ་ཚོགས་ཡོད་པ་ཡིན།

ལྷགས་ལྷ།



ལྷགས་ལྷ་ནི་སེམས་ཅན་གཡི་ལ་སོགས་པའི་བགས་པས་བཟོས་
པ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་མོ་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ས་བྱལ་གནས་གཤིས་གྲང་དར་
ཆེ་ས་ཁག་གི་ནང་གྲོན་སྟོལ་དང་དར་བྱུང་ཆེ་བ་ཡོད། ཁ་བ་བྱ་
ཡུག་འཆུབ་པའི་སྐབས་སུ་ལྷ་མོའི་འདིའི་ཨམ་མཆོག་མར་སྟོད་
ནས་ངོ་གདོང་བདུམས་པ་དང་། རྒྱན་དུ་གྲོན་ལ་བལྟམས་ནས་འཛོག་པའི་ལྷ་མོ་
ཞིག་ཡིན།

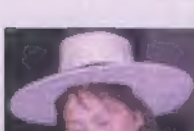
སྐལ་བཟང་ཉི་གྲོལ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་ཐོག་མར་བོད་དབུས་བྱལ་དུ་བོད་ཆུ་བཞི་བ་ལྷ་
པའི་ནང་ཉི་མ་ཉ་ཅང་ཆ་བོ་ཡོད་པའི་སྐབས་དེར་མི་རྣམས་སྤིང་
སྐོར་སོགས་ལ་བསྟོད་སྐབས་གྲོན་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་
ཡིན། ལྷ་མོ་འདི་ནི་ཉ་གྲོལ་མཆོག་སྐལ་བཟང་གྱི་མཆོའི་སྐྱ་དུས་
སུ་དར་བ་ཞིག་ཡིན་པར་སོང་ཤིང་སུ་ལྷ་མོ་འདིའི་མིང་ལ་འང་སྐལ་བཟང་ཉི་གྲོལ་
ལམ་སྐལ་བཟང་བསེལ་གཡལ་ཅེས་འབོད་སྟོལ་བྱུང་བ་མིན་ནམ་སྙམ། ཕྱིས་སུ་
ལྷ་མོ་འདི་བོད་ཀྱི་ས་གནས་མང་པོར་དར་བ་ཞིག་ཡིན།

ལྷ་པར་ལྷ་མོ།




 ལྷ་མོ་འདི་འི་རྒྱ་སྤྱང་པ་ཡིན་ཞིང་བཟོ་ལྷ་ནི་བོད་ཀྱི་སྤྱང་ལྷ་ལས་
 བླན་བྱ་མཐོས་ལ་སྦྱས་ཀ་དག་པ་ཡོད། ལྷ་མོ་འདི་བོད་ཀྱི་ས་
 རྩལ་མང་ཆེ་བའི་ནང་གྱོན་སྒོལ་ཡོད། ལྷ་མོ་འདི་ཐོག་མ་བོད་
 ནང་ཚོང་པ་ཚོས་རྒྱ་གར་ནས་འབྱེད་ཡོང་བར་བརྟེན་མིང་ལའང་རྒྱ་གར་ལྷ་མོ་ཞེས་
 འབོད། འོན་ཀྱང་གཙང་ལྷལ་གྱི་ས་རྩལ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལྷ་མོ་འདིར་ཁ་སྐྱད་དུ་
 སིང་ལྷ་འཕ་སྤྱི་ལྷ་ཞེས་འབོད། དེ་ལྟར་མིང་འདོགས་དགོས་དོན་ནི་ལྷ་མོ་འདི་དེ་སྤྱི་
 སྤྱི་སྤྱིང་གི་མི་རིགས་བོད་དུ་ཡོང་མཁན་ཚོས་གྱོན་གྱི་ཡོད་པ་མཐོང་བར་བརྟེན་སྤྱི་
 སྤྱིང་བའི་ལྷ་མོ་འཕ་སྤྱི་ལྷ་ཞེས་འབོད་པ་ཡིན།

ལེན་གཞུང་།



ལྷ་མོ་འདི་སྐྱེན་དོག་དང་རྣམ་བུ་ལས་བཟོས་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་
ཡིན། ལྷ་མོ་འདི་ནི་དིང་རི་དང་གེལ་དཀར་སོགས་ལ་སྟོང་
སྟོའི་ཁྲལ་དུ་རྟགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་པའི་སྐབས་སུ་
རྒྱལ་གཞས་ཞེས་པ་ཞིག་འབྲབ་སྟོལ་འདུག་པ་དེའི་སྐབས་སྟོན་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་
མོ་ཞིག་རེད་འདུག ལྷ་མོ་འདི་ནི་སོག་ལྷ་དང་དབྱིབས་མཚུངས་ཀྱང་འདི་ལ་ཁ་
དོག་སེར་པོ་དང་རལ་པ་ཟིང་ལ་མང་བ་ཡོད།

५२३॥

ལྷ་མོ་འདི་ནི་གཙང་སྟོང་ལྷ་ཙེ་དང་ངམ་རིང་། ས་སྐྱ་སོགས་
 གཙང་ཁུལ་གྱི་བྱང་མེད་ཆོས་རྒྱན་དུ་གྱུན་རྒྱུ་ལྷ་མོ་བཅུ་
 སྟོང་ཅན་ཞིག་ཡིན། ཁ་སྐད་དུ་དྲུག་ལྷ་ཡང་ཟེར། ལྷ་མོ་འདི་
 རྒྱ་གཙོ་བོ་རས་ལས་བཅོས་ཤིང་མི་ཆང་ཆེ་བ་ཆོས་གོས་ཆེན་
 གྲིས་ཀྱང་བཅོ་ཡི་ཡོད། ལྷ་མོ་འདི་དེ་སྤྱི་རས་རྒྱང་ཡིན་པ་ལ་ནང་ལ་རྒྱབ་པ་སྐྱ་མ་
 གཏོང་གི་ཡོད། དགུན་ཁའི་དུས་སུ་གྲང་ངར་ཆེ་སྐབས་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀྱི་
 ཡམ་ཙེག་གཉིས་མར་སྟོན་ནས་མ་ལའི་འོག་མདུད་པ་རྒྱག་གི་ཡོད་ལ་དབྱར་ཁའི་
 དུས་སུ་ཡར་བསྐྱོགས་ནས་རྒྱབ་དུ་མདུད་པ་བརྒྱབ་ནས་འཛོག་གི་ཡོད། དེ་མིན་
 གནམ་གཤིས་ཆ་བའི་དུས་སུ་རྒྱབ་མདུན་བསྐྱོགས་ནས་རྒྱབ་ཀྱི་སྒྲེ་མོ་སྤན་བྱ་ནང་
 དུ་བཞུགས་ནས་ཉི་གཡམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།



རྩེ་མཚོ་ལྷ་མོ།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་མངའ་རིས་རོང་རྒྱུང་སྒྲིབ་སྦྱིད་དང་། རོང་སྦྱིད་པ་
བཅས་ཀྱི་བྱུང་མེད་གྱིས་གྲོན་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་དེའི་
མིང་ལ་གང་འབོད་གྱི་ཡོད་མེད་ཁ་གསལ་མེད་ཀྱང་། འདི་ནི་
མངའ་རིས་རོང་རྒྱུང་སྒྲིབ་སྦྱིད་དང་། རོང་སྦྱིད་ཁུལ་གྱི་བྱུང་མེད་ཆོས་རྒྱན་དུ་གྲོན་
སྟོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་རེད་འདྲ་ག་དགའ་སྦྱོན་གཟབ་འཆར་སྐབས་ལྷ་མོ་ཆོའི་སྐྱ་



ལའི་སྤེང་དུ་དབུལ་གྱི་རྒྱ་ཆ་འབྲུལ་འབྲུལ་མང་པོ་བརྒྱན་པའི་སྤེང་ལྷ་མོ་འདི་གྲོན་
པའི་ལྷགས་སྒོལ་དར་བྱབ་ཆེན་པོ་ཡོད།

ཇོ་ལྷ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྤྱུ་ཕྱེང་བྱེད་ཀྱི་བྱང་མེད་ཆོས་རྒྱན་དུ་གྲོན་པའི་ལྷ་མོ་
ལོ་རྒྱུས་དམིགས་བསལ་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་གནམ་སྒྲ་མོའི་
དུས་ཤིག་ལ་སྤྱུ་ཕྱེང་གི་ཆུན་མོ་ཞིག་གིས་སྤྱུ་ཕྱེང་ཇོ་བོ་མཇུག་དུ་
བསྐྱོད་དེ་ཇོ་བོ་མཇུག་བ་དང་། དད་སེམས་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་སྤྱེས་ཤིང་ལག་གཉིས་
ཐལ་མོ་སྒྱར་དེ། དེ་རིང་ཇོ་བོ་བྱེད་ཀྱིས་ང་ལ་བྱིན་ཆུབས་ཤིག་གནང་རོགས་གནང་།
ཞེས་ཞུས་པས་ཇོ་བོས་རང་གིས་བཞེས་པའི་དབུ་ལྷ་དེ་མར་ཕྱད་ནས་དབུ་ལྷ་དེའི་
ཅེ་བཅད་དེ་ཇོ་བོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཞེས། དེའི་འབྲུ་དེ་ཆུན་མོ་དད་སེམས་ཅན་དེར་
གནང་། ཆུན་མོ་དེས་ཅེ་མེད་པའི་ཇོ་ལྷ་དེ་རྒྱབ་མདུན་བསྐྱོགས་ནས་གྲོན་བ་དང་།
ཅེ་བཅད་ཤུལ་སྤྱོད་བ་དེར་རན་པའི་ཁེབས་གོར་མོ་ཞིག་བཙེམས་དེ་ཁ་དོག་ཡང་
བསྐྱར་བ་མ་ཟད། མཐའ་ལྷགས་དང་མཐའ་སྒྲིལ་ལ་སྒྲིན་ཁེབ་བཏང་བ་དེ་ནི། ད་ལྟ་
ང་ཆོའི་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པའི་ཇོ་ལྷ་ཞེས་བ་འདི་ཡིན་པར་གྲགས་སོ།

ནི་གཡལ་བམ་ནི་སྤྱི་བ།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་མངའ་རིས་འབྲོག་སྤེ་བྱེད་ཀྱི་བྱང་མེད་ཆོའི་དབུར་
དུས་ཀྱི་ལྷ་མོ་སྤབས་བདེ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་མོ་འདིའི་རྒྱབ་ངོས་སུ་
ཐག་སྒྱུད་ཀྱི་ལུང་ཞིག་ཡོད་བ་དེ་ལྷག་རྒྱབ་ཀྱི་རྒྱ་ཆར་བསྐྱོན་
ནས་ལྷ་ཕྱེ་ལྷ་བྱའི་ལྷེབ་ལྷེབ་རི་མོ་ཅན་དེ་ཐོད་པའི་སྤེང་དུ་གྲོན་སྐབས། གྲོན་བདེ་བ་
དང་མཇེས་བར་མ་ཟད། ནི་མའང་སྤྱི་བ་ཀྱི་ཡོད་པས་བྱང་ཆོས་དུ་མ་ལྷན་པའི་
དབུར་ལྷ་ཞིག་ཡིན་ནོ།



བྲེ་ལྷའམ་སོག་ལྷ།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་མངའ་རིས་རོང་རྒྱུང་བྱེད་ཀྱི་གོན་ཞེས་བ་འབྲལ་
སྐབས་སྤྱེས་བ་ཆོས་གྲོན་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། འབྲལ་སྤྱོན་དེ་ནི་
དགའ་སྤྱོན་ཆེན་པོའི་སྐབས་ལུལ་མི་ཆུན་གཞོན་མང་པོ་མཉམ་དུ་
འདུས་ནས། སྤྱེས་བ་དང་བྱང་མེད་ཀྱི་རུ་གཉིས་སུ་བྱས་ནས་སྒྲོར་གཞས་ལྷ་བྱ་
ཞིག་འབྲལ་སྒོལ་ཡོད་བ་དེར་གོན་ཅེད་བ་ཞེས་ཀྱང་འབོད་ཀྱི་ཡོད།



ཆར་ལྷ་ཐོད་བསྐྱངས།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་མངའ་རིས་འབྲོག་སྤེ་བྱེད་ཀྱི་བྱང་མེད་ཆོས་དགུན་
ཁའི་དུས་སུ་གྲོན་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་མོ་འདིའི་ལྷག་བ་དང་
ཐོད་པའི་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་བྱ་མཐོ་ཅམ་བསྐྱངས་ཡོད་པར་



བདེན་མིང་ལའང་ཆར་ལྷ་ཐོད་བསྐྱངས་ཞེས་ཟེར། གཞན་ཡང་དབྱན་དུས་བྱད་མེད་
 ཆོས་གྲང་རྒྱུད་གིས་མགོ་བོ་མི་འབྲགས་པའི་སྤྱད་ཆར་ལྷ་བྱོན་པ་དང་། ཉི་མའི་
 འོད་ཀྱིས་གདོང་བ་ནག་པོ་མ་ཆགས་པའི་སྤྱད་དུ་ཆར་ལྷའི་འོག་དུ་ཉི་གཡལ་ཡང་
 བྱོན་སྒོལ་ཡོད་པ་ཡིན།

འཕྱོངས་རྒྱས་མོ་ལྷ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་ལྷ་ཁ་འཕྱོངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱད་མེད་ཆོས་བྱོན་སྒོལ་ཡོད་
 པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་མོ་འདིའི་ཕྱི་དབྱིབས་ཀོང་བོའི་བྱ་ལྷ་དང་འདྲ་
 མཚུངས་ཡོད་ནའང་། ཀོང་ལྷ་ལས་ཉ་ཅང་ཆུང་བ་ཡོད་ལ། བྱོན་
 སྤྱངས་ཡང་མི་འདྲ་བ་ཡིན། ལྷ་མོ་འདི་བྱོན་སྤྱད་པས་མགོ་བོའི་ཕྱི་
 གཙུག་དུ་བྱོན་ཏེ་གཡལ་གཡོན་ནས་ཁབ་བཟུང་སོགས་ཀྱིས་སྒྲུ་ལ་བསྐྱོན་དགོས་པ་ཡིན།

དགའ་འབྲིལ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་མདོ་སྟོད་ཏེ་ཉོར་ཁམས་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་
 མོ་འདིའི་དབྱིབས་ནི་རྩ་བུབས་དང་འདྲ་ཞིང་། ལྷག་ཀྱང་དུ་
 ཉོར་བྱ་དགའ་འབྲིལ་གྱི་རི་མོ་ལྡན་ཡོད། ལྷ་མོ་འདིའི་མདུན་
 རིས་སུ་ཞེང་ཆེ་བའི་རས་དམར་གྱིས་མཐའ་སྒྲོར་བཏང་ཡོད།

ཨ་མདོ་དབའ་རིས་ཁུལ་གྱི་ཕྱིང་ལྷ།

ཨ་མདོ་དབའ་རིས་དགོན་ལུང་ཞེས་པའི་ས་ཁུལ་གྱི་སྤྱེས་པ་
 ཆོས་དབྱར་དུས་ཕྱིང་དཀར་གྱིས་བཟོས་པའི་ལྷ་མོ་དབྱིབས་
 སོག་ལྷ་འདྲ་བ་མཐར་རས་ནག་པོ་དཀྱིལ་དུ་གསེར་སྐྱད་
 འབྲོག་ཚུགས་སུ་བཏང་བ་ཞིག་བྱོན་པ་དང་། དབྱན་དུས་ཉ་ལུ་མ་མ་ཞེས་པའི་མ་
 ལྷ་དང་། ཆ་རུ་མ་མ་ཞེས་པའི་ཆར་ལྷ་དབྱིབས་གོང་མཚུངས་ཞིག་བྱོན་པ་ཡིན།



ཨ་མདོ་དབའ་རིས་ཁུལ་གྱི་བྱད་མེད་ཀྱི་ལྷ་མོ།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་ཨ་མདོ་དབའ་རིས་དགོན་ལུང་གི་བྱད་མེད་ཆོས་
 བྱོན་པ་ཡིན། ཁུལ་དེའི་བྱེད་ཆོའི་དབྱར་ལྷ་དང་། སྤྱེས་པ་ཆོའི་
 དབྱར་ལྷའི་དབར་བཟོ་དབྱིབས་ལ་དབྱེ་བ་སྤན་བྱ་ཡོད་པ་ལས་
 བཟོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ལ་དབྱེ་བ་གང་ཡང་མེད།



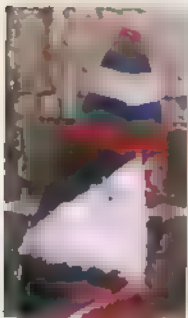
བྲག་གཡལ་སོག་ལྷ།

བྲག་གཡལ་སོག་ལྷ་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཁམས་ཁུལ་དུ་བྱོ་ཆེན་
 འབྲབ་སྤྱབས་བྱོན་སྒོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་མོ་
 འདི་ནི་ཆོས་གཞི་སེར་པོ་དང་དེའི་སྒྲིང་ལ་སྤྱིང་སྐྱད་དམར་
 པོའི་འཕྲུལ་འཕྲུལ་མཐུག་པོ་འཕ་མང་པོ་གདོང་སྒོལ་ཡོད་



པ་དེ་ནི་སོག་ལྷ་དང་འདྲ་བོ་ཡོད་སྐབས་བྲག་གཡམ་སོག་ལྷ་ཞེས་མིང་དུ་བདགས་
པ་མིན་ནམ་སྙམ།

འདས་གཞུང་ཁྲལ་གྱི་ལྷ་མོ།



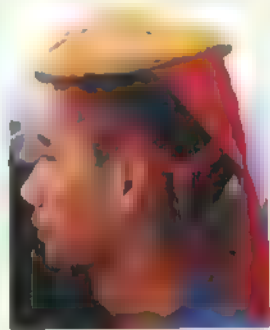
ལྷ་མོ་འདི་ནི་བོད་གྱི་ས་ཁྲལ་གྲང་ངར་ཆེ་ས་སྟེ། བྱང་འདས་གཞུང་
ཁྲལ་གྱི་བྱང་མེད་ཆོས་གྲོན་སྒོལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། འདྲ་བར་འདིའི་
ནང་གི་ལྷ་མོ་གྲོན་སྒྲངས་འདི་ནི། ཁྲལ་དེར་གནམ་གཤིས་ཅུང་དྲོ་
བའི་སྐབས་ཀྱི་གྲོན་སྒྲངས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། གནམ་གཤིས་གྲང་
ངར་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ་རྒྱབ་དུ་ལྗེབས་ནས་བཞག་པའི་ཆར་རུའི་
ལམ་ཅན་དེ་དག་རང་གི་གདོང་ལ་ཚུར་དཀྱིས་ནས་ཁ་བ་དང་བུ་ཡུག་ཁྲོད་ཡུན་རིང་
སྡོད་ཐུབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དུ་མ་དང་ལྷན་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན།

མོ་ལྷ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྤྱིད་གྲོང་བརྒྱ་ཆོད་གྱི་ནང་གནས་པའི་བྱང་
མེད་ཆང་མས་རྒྱན་དུ་གྲོན་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་ལ། ལྷ་མོ་
འདི་ལྷ་ཅེ་དང་གཉའ་ནང་སོགས་སུ་འང་གྲོན་སྒོལ་འདུག
ལྷ་མོ་འདི་ནི་རྒྱ་སྐམ་བུ་ལས་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ་བྱར་
གཉིས་ལ་སྤྱིན་ཁབས་ཀྱིས་མཛེས་རྒྱན་སྤྲས་པ་ཞིག་ཤིང་འདུག།

གར་ཐུག་པའི་ལྷ་མོ།



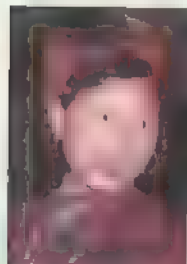
ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྤྱ་མོ་བོད་གཞུང་གི་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་མཛེད་
སྟོ་ཆེ་ཁག་ཅིག་ལ་གར་འབྲབ་སྟོན་ལྷ་སྐབས་འབྲབ་
སྟོན་པ་ཁོང་ཆོས་གྲོན་རྒྱུའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། སྐབས་
འདིར་གར་ཞེས་པ་ནི། ལག་པའི་ཐུག་རྒྱ་གཙོ་བོར་བྱས་
པ་དང་། ཞི་བའི་ཉམས་བཅུ་དྲུག་གི་སྟོ་ནས་ལྷ་ལ་
མཆོད་པ་འབྲལ་བའི་ཐུག་རྒྱུའི་གར་སྐབས་ཤིག་ཡིན། དེ་ཡང་གར་ཐུག་ནམས་ནི་
སལ་ཆེར་སྤྲ་ག་རང་ལོ་བཅུ་ནས་བཅུ་དྲུག་ལོན་པ་ཤིང་སྐབས་ཡིན།

གར་དཔོན་གྱི་ལྷ་མོ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་གོང་གསལ་ལྷ་ར་དེ་སྤྱ་བོད་གཞུང་གི་
ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་མཛེད་སྟོ་ཁག་ཅིག་ལ་གར་འབྲབ་
སྟོན་ལྷ་དགོས་པའི་སྐབས་དེར། གར་འབྲབ་སྟོན་
གྱི་སྟེ་འབྲིད་བྱེད་མཁན་དེར་གར་དཔོན་ཟེར་ཞིང་།
དེས་གྲོན་རྒྱུའི་ལྷ་མོ་དེར་གར་དཔོན་གྱི་ལྷ་མོ་ཞེས་བཛྲོད་པ་དེ་ཡིན།

མོན་པའི་བྱང་མེད་ཀྱི་ལྷ་མོ།



པོད་ཀྱི་ལྷ་མོ་སྐྱེས་སུ་འཆོ་སྤྱད་བྱེད་བཞིན་པའི་མོན་པ་པོ་མོ་
ཆོས་སྐྱེས་བྱ་དཔའ་ཆོས་ཀྱི་ཕྱུ་པ་བྱོན་ཞིང་། ལྷ་རྒྱུད་གཞི་དཔའ་
པོའི་སྤྱིང་མཐའ་རྒྱན་ལི་བྱིའི་མདོག་ཅན་བཏང་བ་བྱོན་པའམ་
ཡང་ན་ཕྱིར་པ་ལས་བྱས་པའི་མོ་ལྷ་ནག་པོ་བྱོན་གྱི་ཡོད།

ཨ་ཅེ་ལྷ་མོའི་རིགས་ལྷ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་པོད་ཀྱི་ལྷ་མོ་འབྲབ་སྟོན་སྐབས་བྱ་མོ་ན་རྒྱུད་
བདུན་གྱིས་བྱོན་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། སྤྱིར་ཨ་ཅེ་
ལྷ་མོའི་བྱང་རིམ་རགས་ཅམ་བཟོད་ན། བྱུ་བ་ཆེན་མང་སྟོང་
རྒྱལ་པོ་མཆོག་གིས་ལྷ་མོའི་འབྲབ་སྟོན་གསར་གཏོད་གནང་
སྐབས་བྱ་མོ་ན་རྒྱུད་ཁག་ཅིག་ལ་རྒྱན་གོས་གཟུང་འཆོར་
རྒྱས་པར་སྤྱས། དབྱུ་ལ་འཇའ་རིས་གྱིས་བརྒྱན་པའི་རྒྱ་

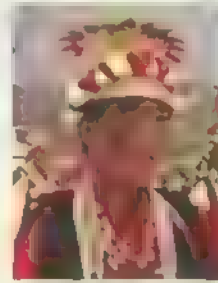
གཤོག་ཅན་གྱི་རིགས་ལྷ་ཅན་པན་བཅེངས་དེ་སྤྱུ་ཅལ་གྱི་འཛོ་སྤྲེགས་དང་སྤངས་
སྐབས་སྤྲ་ཆོགས་པ་བསྐྱར་པར་མི་རྣམས་གྱིས། ཨ་ཅེ་དེ་རྣམས་ནི་ལྷ་མོ་ལྷར་ཤིན་ཏུ་
མཛེས་ཞེས་བཟོད། རིམ་བཞིན་བྱོ་དེ་ཆོར་ཨ་ཅེ་ལྷ་མོ་ཞེས་པའི་མིང་གོགས་སྒྲོར་ཤོད་
རྒྱན་བྱང་བ་དེ་དག་གི་ལྷ་མོའི་རྒྱ་གཤོག་དེ་མཛེས་ཆོས་ཅམ་ལས་ཅོད་པན་འདི་ནི་ནང་
པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དབང་ཆས་རིགས་ལྷ་ཅན་པན་དང་རིགས་མཚུངས་པ་བཅས།

ལས་ལྷ།



འདི་ནི་པོད་ལྷ་ཁ་བྱུལ་གྱི་བྱང་མེད་ཆོས་རལ་ཅལ་
བྱང་པའི་སྐབས་བྱོན་རྒྱུའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་ཁ་
ཆོར་ཁག་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་བྱང་མེད་པལ་ཆེ་བས་ལུལ་
ལུང་གི་ཐོན་རྒྱུད་དང་། རང་རང་གི་ལམ་དཔག་
ལ་གཞིགས་པའི་རྒྱ་ཆ་རིན་ཐང་ཆེ་རྒྱུ་སྤྲ་ཆོགས་ཀྱི་
ལས་ལྷ་བྱོན་སྟོལ་ཡོད། དེ་ཡང་ལ་ལས་གྱིས་རས་
རྒྱུད་ལས་བཅོས་པའི་ལས་ལྷ་བྱོན་པ་དང་། ལ་ལས་སྐྱེས་བྱས་བཅོས་པའི་ལས་ལྷ་
བྱོན་པ། ལ་ལས་རྒྱ་ལོག་གིས་བཅོས་པའི་ལས་ལྷ་བྱོན་པ་སོགས་ཡོད། མདོར་ན་
ལྷ་མོ་འདི་ནི་ལྷ་ཁ་བྱུལ་གྱི་བྱང་མེད་ཆོས་ལས་ཀྱི་བྱང་པའི་སྐབས་བྱོན་རྒྱུའི་ལྷ་མོ་
ཞིག་ཡིན་པས་མིང་ལའང་ལས་ལྷ་ཞེས་འབོད་པ་ཡིན་ནོ།

ལྷ་ཁའི་བྱང་མེད་ཀྱི་ལྷ་མོ།



འདི་ནི་པོད་ལྷ་ཁ་བྱུལ་གྱི་བྱང་མེད་ཆོས་བྱོན་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་
ཡིན། ལྷ་མོ་འདིའི་དབྱིབས་ཀོང་པོ་བྱུལ་གྱི་བྱང་མེད་ཆོས་
བྱོན་པའི་བྱ་ལྷ་ཞེས་པ་དེ་དང་འབྲེལ་དང་། ལྷ་མོའི་སྤྱིང་བྱ་
གོས་ཆེན་གྱིས་སོག་ལའི་ཁ་འབྲེལ་བའི་ཕྱེ་ཅན་སྒྲོར་མོ་ཞིག་
བཏང་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལྷ་མོའི་བྱི་ཡོངས་སུ་གོས་ཆེན་གྱིས་

བདུམས་ཡོད། གྲོན་སྒངས་ཀྱང་ཚོན་ཁྲ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲ་གཞུག་བཅིངས་པའི་སྒྲ་
ལ་རིང་བོ་དེ་ལྷ་མོའི་ལོགས་སུ་དཀྱིས་ནས་གྲོན་པ་དང་། ལྷ་འདབ་གཡས་གཡོན་
གཉིས་ལ་བྱི་ཕྱེ་འདྲ་བའི་ཅེ་གཉིས་གྲོན་དུ་སྒྲིག་པ་དེ་མགོའི་གཡས་གཡོན་གང་
ཅུང་དུ་གཏད་དེ་གྲོན་པ་ལས་མདུན་དུ་གཏད་དེ་གྲོན་སྒྲིལ་ཏེ་ལམ་མེད།

ཁ་ཐེར།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་བོད་མདོ་སྔོན་ཁྲལ་ཇ་ཅུ་ཁ་ཞེས་པའི་ས་ཁྲལ་གྱི་བྱང་མེད་ཚོས་དབྱར་
དུས་སུ་གྲོན་རྒྱའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་ཡི་ནང་དང་
མཐའ་འཁོར་ཡོངས་སུ་ལུ་གུའི་ཆ་རུ་ལེབ་གཏོང་
བྱས་པ་དང་། ལྷ་སྒྲིང་དུ་གོས་ཆེན་སྒྲོན་པོ་དང་།
དམར་བོ་སྒྲ་བསྒྲིགས་ནས་བཏང་བ་མ་ཟད། སྒྲིང་
དབྱས་སུ་ཐེར་མིག་ཅེས་པའི་དབྱིབས་སྒྲོར་མོས་
བརྒན་པའི་ལྷ་འདི་ནི་ས་ཁྲལ་དེའི་བྱང་མེད་གཞོན་རྒྱ་མ་ཚོས་དབྱར་དུས་སྒྲོ་སྒྲིང་གི་
འདྲ་འཛུལ་ཁག་ལ་གྲོན་རྒྱུ་དར་སྒྲིལ་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད་དོ།



སྒྲ་དཀར་ཅེ་ལྷ།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་བོད་སྒྲ་དཀར་ཅེ་ཁྲལ་གྱི་བྱང་མེད་ཚོས་དབྱར་
ཁའི་དུས་སུ་གྲོན་རྒྱའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེའི་རྒྱ་ཆ་ནི་
ཐོག་མར་སྒྲ་བྱ་ཁོ་ནས་བཟོས་པ་དང་། དུས་ཕྱིས་ཅམ་
ནས་ལྷ་རྒྱ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱིས་བཟོ་སྒྲིལ་ཡང་དང་། རྒྱན་གྲོན་
བྱེད་པའི་ལྷ་མོ་ནི་རྒྱ་ཆ་དང་བཟོ་དབྱིབས་སྒྲིར་བཏང་ཞིག་
ཡིན་པ་དང་། དུས་ཚོགས་ཁྲད་པར་ཅན་གྱི་སྐབས་སུ་ལྷ་མོ་འདི་རྒྱ་སྒྲ་བྱ་སྒྲས་
དག་སྒྲེང་དུ་ཚོན་སྒྲ་ཅན་གྱི་སྒྲིང་པས་བོད་ལུགས་ཀྱི་རི་མོ་སྒྲ་ཚོགས་བཞོད་སྒྲིལ་
འདུག་ཅིང་། བཟོ་དབྱིབས་ཀྱང་རྒྱན་དུ་གྲོན་པའི་ལྷ་མོ་དང་མི་འདྲ་བར་ཅུང་མཐོས་
བཟོའི་བཞོད་པ་ལྡན་པ་དང་། ལྷག་པར་དེར་སྐབས་འཕགས་ཅན་གྱི་གོས་ཆེན་གྱིས་
བཟོ་སྒྲིལ་ཡང་དང་ཁྲབ་ཆེ་ཅམ་ཡོད་བཟོ་འདུག འོན་ཀྱང་ལྷ་མོ་འདིའི་མིང་དང་
མ་ཚོན་དོན་གྱི་བཤད་པ་ཁྲངས་ལྡན་ཞིག་མ་རྟེན།



མདོ་སྒྲ་དཀྱི་ལྷ་མོ།

ལྷ་མོ་འདི་གཉིས་ནི་བོད་ཀྱི་མདོ་སྒྲ་དཀྱི་ས་ཁྲལ་ཁ་ཤས་ཀྱི་
བྱང་མེད་ཚོས་གྲོན་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་འདུག འོན་ཀྱང་
མདོ་སྒྲ་དཀྱི་ས་ཁྲལ་གང་གི་བྱང་མེད་ཚོས་གྲོན་པ་དང་དབྱར་



དགུན་ག་དུས་བྱོན་པ། ལྷ་དེའི་མིང་ལ་གང་ཟེར་བ། དེའི་མཚོན་དོན་ནམ་ལྷ་བཤད་
 ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བཤད་མ་བཞེད་པར་བཞེན་ཆུ་ཆེའི་སྟོག་པ་པོ་
 རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་མོ་འདིའི་སྟོར་ཇི་ཅམ་གྲེས་ཀྱང་ང་ཚོར་ཐད་ཀར་ཡིག་ཟམ་དང་།
 ལྷ་མོ་འཕྲིན་གང་རུང་ཐོག་འབྲེལ་བ་གནང་སྟོང་ཡོང་བ་ལྟ།

རས་ལྷ་ནག་པོ།



ལྷ་འདི་ནི་མདོ་སྐད་ཐེ་བོ་
 སྟོགས་ཀྱི་བྱེད་ཆོའི་ལྷ་མོ་ཞིག་
 ཡིན། མདོ་སྐད་ཐེ་བོ་ཞེས་
 པའི་ས་ཁུལ་དེ་ནི་དེང་སང་
 ཀན་སུཅུ་ཞིང་ཆེན་ཁོངས་ཀན་

སྟོ་བོད་རིགས་རང་སྟོང་ཁུལ་གྱི་སྟོ་སྟགས་དང་། ལྷ་ཆུའི་སྟོད་རྒྱུད་ཏུ་ཡོད། ས་
 ཁུལ་དེར་གནས་པའི་ཡུལ་མི་རྣམས་ནི་སྤར་བོད་ཀྱི་བཙན་བོ་རིམ་བྱོན་སྐབས་
 མཐའ་མཚམས་ཁག་ལ་མངགས་པའི་བོད་དམག་གི་རྒྱུད་པ་ཡིན་ཞེས་དང་། སྤར་
 ཀྱི་དམག་ཆས་རྣམས་ཕྱིས་སུ་ཡུལ་དེའི་བྱུང་མེད་ཆོའི་རྒྱན་ཆར་གྱུར་ཡོད་པ་མ་
 ཟད། ཡུལ་མི་ཆོའི་གཤིས་ཀ་དང་། སྟོག་འཕྲུགས་སོགས་ཀྱང་སྐབས་དེའི་བོད་
 དམག་ཆོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པའི་སྟོར་ཀྱང་སྟེང་། ཐེ་བོ་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་རས་ནག་

པོ་དེའི་བྱོན་སྐད་ས་ནི། རས་ནག་ལྷེབས་ཅེགས་མང་པོ་བརྒྱབ་ནས་མགོ་བོའི་སྟེང་
 བྱོན་ཇེས། ཆོན་མདོག་སྐྱ་ཆོགས་ཀྱི་སི་ཤན་ལས་ཁེལ་འཐག་བྱས་པའི་མགོ་འཆིང་
 གིས་ལྷ་རས་མ་ཐགས་པའི་ཆེད་དུ་བཅིངས་པ་དང་། དེའི་སེང་དུ་བྱ་མོ་ན་རྒྱུང་
 ཆོས་རང་འདོད་ལྟར་ཆོན་མདངས་བཟུང་བའི་མེ་ཏོག་སྐྱ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་སྟེལ་
 ཡོད་པ་བཙས་སོ།

མ་ཆེན་སྟོམ་ལྷ།

ལྷ་འདི་ནི་བོད་མདོ་སྐད་ཡུལ་གྱི་མི་པལ་ཆེ་བས་བྱོན་པ་
 ཡིན། དེ་ཡང་བོད་མི་གན་རབས་པ་ཆོའི་ངག་རྒྱན་དུ་སྟོད་
 ཀྱི་གངས་དཀར་ཏི་མེ་དང་། བར་གྱི་གནན་ཆེན་ཐང་ལྷ།
 སྐད་ཀྱི་མ་ཆེན་སྟོམ་ར་གསུམ་ལྷ་སྟུན་ཡིན། ཞེས་བོད་སྟེལ་
 ཡོད། ལམ་ལྷེས་མ་ཆེན་ནི་བོད་མདོ་སྐད་ཀྱི་ས་སྟོ་མང་ཆེ་
 བའི་ཡུལ་ལྷ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གིས་བྱིང་དཀར་གྱི་དབུ་ལྷ་ཆར་ལོ་དམར་པོས་
 བརྒྱན་པ་མནའས་སྟེལ་ཡོད་པས་དེའི་ལྷ་འབངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཡུལ་མི་ཆོས་
 ཀྱང་ལྷ་དེ་བྱོན་རྒྱུར་དར་སྟེལ་ཆེན་པོ་ཡོད། ཡུལ་མི་ཆོའི་ལྷ་ཅེ་ལ་རྒྱན་དུ་ཆར་ལོ་
 ཡོད་མེད་སྐྱ་ཆོགས་ཐིག་ཡོད་ནའང་། ས་སྟོགས་གཞན་དང་། ལྷག་པར་བོད་ཀྱི་
 ཡུལ་དབུས་སྟོགས་སུ་གནས་མཇལ་ལ་འགྲོ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན། ལྷ་ཅེར་ཆར་
 ལོ་དམར་པོ་དེས་བར་བརྒྱན་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རང་ཉིད་ཐོན་པ་ནས་ཚུར་མ་



འཁོར་བར་ཨ་ཁྲེས་མ་ཆེན་གྱིས་འགོགས་བར་སྒྲ་ཆོགས་ལས་སྤང་བྱལ་ཅེས་གོད་
 སྒོལ་ཡོད། དབྱས་སྒྲོགས་སུ་གནས་མངལ་འགྲོ་མཁན་ནམས་ཨ་ཁྲེས་མ་ཆེན་
 གྱིས་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷའི་བར་སྒྲེལ་མ་གནང་བ་དང་། དེ་ནས་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷར་
 ཁོང་ཆོཉིས་སྤྲོད་གནང་སྟེ། ལྷ་ཅེར་ཆར་ལོ་དམར་པོས་བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཡུལ་
 ཇོ་ཁམས་ཀྱི་མི་ཡིན་པས་ཁོང་ཆོར་རྒྱན་ངན་བར་ཆད་མེད་པར་སྤྱིར་ཉིས་སྤྲོད་
 དགོས་ལུགས་བཞིན་དེ་ཁོང་ཉིད་སྤྱིར་ཐེགས་ཀྱི་ཡོད་ཚུལ་དང་། ས་མཆོམས་དེར་
 ཁོང་ཆོས་ཨ་ཁྲེས་མ་ཆེན་ལ་གྲེས་བྱལ་འབྱལ་བ་དང་། གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷར་
 བསང་མཆོད་རྒྱ་ཆེན་བྱེད་སྒོལ་ཡོད་ལ་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷས་ཀྱང་ཁོང་ཆོར་རྒྱན་
 ངན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བའི་སྤང་སྒྲོབས་གནང་གི་ཡོད་པ་བཅས། མདོར་ན་བོད་
 མདོ་སྤྲད་པ་ལལ་ཆེ་བས་གྲོན་སྒོལ་ཡོད་པའི་བྱིང་དཀར་གྱི་ལྷ་མོ་ཅེ་རིང་ཉིག་ཅན་
 ལ་ཆར་ལོ་དམར་པོས་བརྒྱན་པ་འདི་ཨ་ཁྲེས་མ་ཆེན་སྒྲོམ་རའི་དབྱ་ལྷ་ཡིན་པའི་
 གོད་སྒོལ་ཡོད་དོ།

སྒྲོ་བའི་ལྷ་མོ།



སྒྲོ་བའི་ལྷ་མོ་ཀྱི་ཤར་ལྷའི་ས་མཆོམས་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་འཆོ་སྤྲད་
 བྱེད་ཅིང་། དེ་ཡང་སྤྲན་སྤྲིང་དང་མེ་ཉིག་ ར་ཡུལ་
 སོགས་སུ་གནས་པའི་སྒྲོ་བ་སྒྲེལ་པ་ཆོས་དོམ་གྱི་
 བགས་པས་བཅོས་པའི་ལྷ་མོའམ། སྤྲ་ལྷ་ཞེས་པ་འདི་
 གྲོན་གྱི་ཡོད། སྒྲོ་བའི་སྒྲེལ་པ་ཆོས་གྲོན་པའི་ལྷ་མོ་འདི་
 དག་གི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་དོམ་གྱི་བགས་པ་ཡིན་འདུག།

སྒྲོ་བའི་ལྷ་མོ།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་བོད་སྒྲོ་བ་ས་ཁུལ་གྱི་སྒྲེལ་པ་ཆོས་གྲོན་པའི་
 ལྷ་ཞིག་ཡིན་འདུག་ཀྱང་། སྒྲོ་བ་རྫོང་ཁག་བཙོ་བརྒྱད་གྱི་
 བྱེ་བྲག་ས་ཁུལ་གང་གི་སྒྲེལ་པ་ཆོས་གྲོན་པ་དང་།
 དབྱར་དབྱན་ག་དུས་གྲོན་གྱི་ཡོད་པ། ལྷ་མོ་འདིའི་མིང་ལ་
 གང་ཟེར་བ། མཆོན་དོན་ནམ་ལྷ་བཤད་ཅི་ལྟར་ཡིན་པ་
 སོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བཤད་ལག་སོན་མ་བྱུང་བར་བདེན་རྒྱ་ཆེའི་གྲོག་པ་པོ་ནམས་
 གྱིས་ལྷ་མོ་འདིའི་སྒྲོར་ཅི་ཙམ་མཁྱེན་ཡང་ང་ཆོར་ཐད་ཀར་ཡིག་ཟམ་དང་། ལྷ་མོ་
 འཕྲིན་གང་རུང་ཐོག་འབྲེལ་བ་གནང་སྤྲོད་ཡོང་བ་ལྟ།



གོང་གསལ་བོད་ལྷ་ཁག་གི་པར་དང་ལྷ་བཤད་མཐུན་འབྱུང་གནང་མཁན་བོད་གཞུང་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡོད་ནམ་
 པ་དང་། ཆོགས་པ་སྤྲིད་སྤྱག་ཁག་ དེ་བཞིན་ནན་རབས་སྤྲོད་ཅན་ཁག་ཅིག་བཅས་ལ་བྱགས་ཅི་ཆེ་ལྟ།

ཕྱེ་ཚན་གཉིས་པ་དཔོན་པོའི་ལྷ་མོ།

ལྷ་གསུམ་མདའ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྤར་བོད་གཞུང་གི་ལས་སྡེར་འཁོད་པ་དྲུང་
འཁོར་དང་བཀའ་སློན་སོགས་ཀྱིས་གྲོན་རྒྱུ་འི་གོ་གནས་
མཆོན་པའི་དབྱར་དུས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།

གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་མོའི་འབྲུག་སློན་སྐབས་རྒྱལ་པོ་དང་
རྒྱལ་སྐུས་བཅས་ཀྱིས་ཀྱང་གྲོན་སྲོལ་ཡོད་པ་ནི་ང་ཚོས་མཐོང་བཞིན་པ་བཅས་སོ།

ལ་འབྲེལ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྤར་བོད་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་ཆེ་ཁག་
ན་མས་ཀྱིས་གྲོན་སྲོལ་ཡོད་པའི་གོ་གནས་མཆོན་པའི་
དབྱར་དུས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ལྷ་མོ་འདིའི་ཐོག་
མའི་འབྲུང་བྲངས་ནི་སོག་པོ་ཡིན་ཞིང་། ལྷ་མོ་སྤར་རེའི་

བོད་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་ཚོས་གྲོན་པ་དང་། ལྷ་ག་པར་དེ་སྤར་ཆེ་འབྲུལ་སློན་ལས་
ཆེན་པོའི་གདོར་རྒྱལ་སྐབས་བོད་ཀྱི་དེ་དམག་གི་སྤྱི་བྲུག་བཞེད་འདོམས་པ། ཡ་
སོར་བྱི་པ་ཆན་གཞོན་ཆོས་གྲོན་སྲོལ་དར་བྲུག་ཆེན་པོ་བྲུང་བ་ཞིག་རེད་འདྲུག།

ལྷ་མོ་མའོ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྤར་བོད་ཀྱི་ནག་ནས་དར་བའི་དབྱར་ལྷ་ཞིག་
རེད་འདྲུག། ལྷ་མོ་འདིའི་རྒྱ་ཆ་ནི་སྤྱལ་མ་ཡིན་ཞིང་།
སྤྱལ་མ་ལེབ་ལེབ་སྤར་བོར་གཞོགས་བརྒྱབས་པ་ནས་
ལྷ་མོ་ཉེ་བཟོས་པ་དང་། ནང་གསར་པས་སྤར་བོ་རེ་བཞེད་
བ། ལྷ་མོ་དུ་གསེར་ཅི་བྱུགས་པའི་དོག་ཀྱང་བརྒྱབས་ཡོད་པས། བལྷས་ན་མཛེས་
པོ་དང་གྲོན་ན་ཡང་པོ་སོགས་ཡོད་པའི་བྲུང་ཆོས་དུ་མ་དང་ལྷན་པར་བཞེད། དུས་
ལྷིས་སྤྱ་བོད་ཀྱི་དཔོན་རིགས་ཚོས་དབྱར་དུས་སྤྱལ་མ་བརྒྱུད་སྐབས་ནི་གཡལ་གྱི་
རྒྱལ་དུ་གྲོན་སྲོལ་བྲུང་བ་ནས་རིས་བཞིན་དར་སྲོལ་ཆེས་ཆེར་སོང་བ་ཞིག་རེད་
འདྲུག།

ལྷ་དཀར།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྤར་བོད་ནང་ལོ་ལྷ་ར་བོད་ལྷ་བཞི་
པའི་ཆེས་འགོའི་གཟའ་སྐར་བཟང་བ་ཞིག་ལ་
ཡགོང་ས་མཆོག་ཅེ་མོ་བྲུང་ནས་ནོར་གླིང་བསྐལ་
བཟང་མོ་བྲུང་དུ་དབྱར་དུས་སྤྱོད་གསེང་ཆབ་བཞེས་
སྤྱ་ཆིབས་བསྐྱར་ཆེན་མོ་བཀའ་དྲིན་མཛད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེར་བོད་གཞུང་དམངས་ཚང་
མས་མགྲིན་གཅིག་དུ། ཆིབས་བསྐྱར་ཆེན་མོ་ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྷ་ར་ཆིབས་

བསྐྱར་ཆེན་མོའི་སྐབས་བོད་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་ཚོའི་ནང་ནས་ཅེ་དྲུང་སྟེ་སེར་མོ་
བའི་དཔོན་རིགས་ཁག་ཅིག་ཡོད་པ་ཚོས་ལྷ་དཀར་འདི་བཞེས་སྟོལ་ཡོད་པ་ལས།
མལ་ཆེ་བ་སྐབས་པ་ཚོས་རྒྱན་དུ་གྱུར་བྱེད་གི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།

བྱ་བེ་ལ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་ཐོག་མར་སོག་པོའི་དམག་ལྷ་ཞིག་ཡིན་པ་
དང་དུས་རབས་བཅུ་བདུན་པའི་ནང་བོད་དབུས་ཁུལ་དུ་
དར་བྱུང་བྱུང་སྟེ་རིམ་བཞིན་བོད་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་
ཤོད་དྲུང་ཚོས་ཏྲ་སྐྱུགས་མཛད་སྟེ་སྐབས་གྱུར་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན།

གཙུག་ལྷ་དང་ཨར་ལ།



ལྷ་མོ་འདི་གཉིས་ནི་སྤར་བོད་གི་ལོ་
གསར་ཆེས་གཉིས་གི་ཉིན་མོར་གཞུང་
འབྲེལ་མཛད་སྟེ་སྐབས་༡༧འོད་ས་
མཆོག་ལ་བཀྲ་ཤིས་རྟེན་དངོས་རྒྱལ་
སྟིང་སྒྲ་བདུན་དང་། བཀྲ་ཤིས་རྟེན་གས་
བརྒྱད། བཀྲ་ཤིས་རྟེན་བརྒྱད་སོགས་འདེགས་འབྲེལ་ལྷ་མཁན་གཞུང་འབྲེལ་མི་
སྒྲ་ཁག་ཅིག་ནས་རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆ་ཞེས་ལུས་ལ་མ་ཆང་བ་མེད་པའི་རིན་ཐང་ཅན་

གི་རྒྱན་ཆ་མང་པོས་སྐབས་གི་ཡོད། དེའི་སྐབས་རིན་རྒྱན་གྱི་པ་དང་རིན་རྒྱན་མགྲོན་
གཉིས་ཞེས་པ་གཉིས་གིས་གཙུག་ལྷ་དང་ཨར་ལྷ་ཞེས་པའི་ལྷ་མོ་འདི་གཉིས་གྱུར་
སྟོལ་འདུག།

སྐྱུགས་ལྷ།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྤར་བོད་གི་དཔོན་རིགས་ཁག་ཅིག་
དགུན་དུས་སྐྱུགས་བསྐྱོད་གནང་སྐབས་ཏྲ་སྐྱུག་དུ་
བཞེས་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། སྐྱུགས་ལྷར་
རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་ཆོད་འདུག།



ཨར་གོང་།

ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྤར་བོད་གི་དཔོན་རིགས་ནང་ནས་ཤོད་སྟོར་
རྣམ་མནའམས་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ལྷ་མོ་
འདིའི་འབྱུང་ཁུངས་ལ་དབྱེད་ན། བཟོ་དབྱིབས་དང་རྒྱ་ཆའི་
ཆ་ནས་སྤར་ཆེས་རྒྱལ་སྟོང་བཅན་སྐུ་པོས་བཞེས་པའི་ལ་
མོད་དཀར་པོ་ཞེས་པའི་དབྱུ་ལྷ་དེ་རིམ་བཞིན་མཛེས་བཟོའི་
ཚུལ་དུ་བཅོས་བཟོ་རིམ་པ་མང་པོ་བྱས་ཐར། ད་ལྟ་ང་ཚོས་འདྲ་པར་འདིའི་ནང་
མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཨར་གོང་ཞེས་པའི་ལྷ་མོ་འདི་བྱུང་བ་ཡིན་པ་འདྲ་ཞེས་སྟོང་ཅན་
བགྲེས་པའི་ཞལ་ནས་སོས་སོ།།



ཆོས་ཀྱི་ལྷ་སྒྲོལ་བཅན་གྱི་ལ་ཐོད།



དབུ་ལྷ་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ལྷ་མོའི་ཐོག་མ་ཡིན་པ་དེ་བ་
 ཐེར་དཀར་པོ་ལས་གསུངས་ཤིང་། སྒྲོལ་ཆོས་ཀྱི་
 སྒྲོལ་བཅན་སྒྲུ་མ་པོའི་དབུའི་སྒྲོལ་དུ་ཀྱི་ལ་བ་འོད་
 དཔག་མེད་གྱི་སྒྲུ་རང་བྱོན་མ་ཞིག་འབྱུངས་ཡོད་པ་
 དེར་དར་ཁ་མདོག་དམར་པོ་རིང་པོ་ཞིག་གིས་
 བཅིངས་པའི་ལྷག་མ་དེ་མདུན་ནས་བསྐྱོལ་བསྐྱོལ་

བྱས་ཏེ་བཞེས་སྒྲོལ་བྱང་བ་ནས་བཟུང་རིམ་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་གདུང་རྒྱུད་རྣམས་
 གྱིས་དར་དམར་པོའི་ལ་ཐོད་བཅིངས་སྒྲོལ་ཡུན་རིང་དུ་དར་བར་གྲགས། འོན་ཀྱང་
 བྱིས་སུ་ལྷེ་བས་རིས་དང་ལྷ་མོའི་འབྲུག་སྒྲོན་སྐབས་པལ་ཆེ་བས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོལ་
 བཅན་གྱི་ལ་ཐོད་དར་དཀར་གྱིས་བྱས་པ་དེ་ནི། ཅུང་དམར་མདངས་ལྡན་པའི་འོད་
 དཔག་མེད་གྱི་སྒྲུ་བརྒྱན་དེ་དར་དཀར་གྱི་ནང་དུ་བསྐྱོལ་ན་བཞིན་ཉམས་དང་།
 བཀྲག་མདངས་ཆེ་བར་མངོན་པའི་སྒྲུ་སྒྲུ་ཅལ་པས་མཛེས་བཟོ་བྱས་པ་ཞིག་མིན་
 ནམ་སྙམ། ལྷག་པར་དུས་ད་ལྟ་བར་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ཡོད་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོལ་
 བཅན་སྒྲུ་མ་པོའི་གདུང་རྒྱུད་ཨི་ལྷ་རྒྱ་རི་བྱི་ཆེན་རིམ་བྱོན་གྱིས་ཀྱང་དར་དཀར་གྱི་
 ལ་ཐོས་དེ་རང་བཅིངས་སྒྲོལ་ཡོད་པ་ཡང་ཆང་མའི་མཐོང་ཆོས་སུ་སྒྲུང་བ་བཅས་
 མོ།

ཐང་ལྷ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྒྲོལ་བོད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་རྣམས་དང་།
 དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ཀྱི་ལ་པོ་ལ་སོགས་པས་བྱོན་
 སྒྲོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་རེད་འདུག ལྷ་མོ་
 འདི་ནི་བོད་རང་གི་ལུགས་སྒྲོལ་ལས་ཡུལ་

གཞན་གང་ལ་ཡང་མེད་པའི་སྒྲོལ་དེ་བ་ཐེར་དཀར་པོ་ལས་དྲངས་ཤིང་། བྱིས་སུ་
 བོད་ཀྱི་ནང་པའི་སྒྲུ་ཆེན་ཁག་ནས་དུས་དབྱར་ཁ་སྐྱོགས་སྒྲོད་གནང་སྐབས་བཞེས་
 སྒྲོལ་ཆེས་ཆེར་དར་བའི་དབུར་ལྷ་ཞིག་ཡིན་མོ།

ལྷ་འབོག

ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྒྲོལ་པ་མེར་པོ་ལས་བཟོས་པའི་དབྱིབས་སྒྲོར་མོ་
 ཅན་ཞིག་ཡིན། ལྷ་མོ་འདི་ཐོག་མར་གཙང་ཁུལ་དུ་དར་བ་དང་
 ཐོག་མའི་བཟོ་དབྱིབས་ནི་དཔང་མཐོ་བས་ཁོག་མ་ཞབས་ཆེ་
 ལ་ཁ་རྩེ་བ་ཞིག་དང་འདྲ་བ་ཡོད། བྱིས་སུ་རིམ་བཞིན་
 དབྱིབས་གཟུགས་མཛེས་སུ་གཏོང་ཁུལ་གྱིས་རྒྱུད་དུ་བཏང་
 ནས་ད་ལྟ་འདྲ་པར་འདིའི་ནང་ཡོད་པའི་བཟོ་དབྱིབས་སུ་གྱུར།
 སྒྲིད་གྲོང་ཁུལ་གྱི་སྐྱེས་པ་ཚན་གས་ཀྱིས་བྱོན་སྒྲོལ་ཡོད་པ་ཅམ་དང་དབུས་ཁུལ་དུ་
 བོད་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་རིམ་བུ་པ་མན་ཆད་ཀྱིས་བྱོན་སྒྲོལ་ཡོད། དེ་མིན་ཡུལ་
 ཡུང་པལ་ཆེ་བར་བྱོན་སྒྲོལ་ཡོད་བཟོ་མི་འདུག



ཨ་མྲི་བ་རྒྱལ་ལེ་ཐོད་དཀར།



འདི་ནི་སྐ་མོ་བཙན་པོའི་སྐུ་པས་ཀྱི་པོད་དམག་ཆོས་ཀྱི་ཕྱོད་ཀྱི་
ལྷ་ཞིག་རེད། སྐར་པོད་ཀྱི་དམག་མི་ཆོས་རང་སྤང་གི་ཆེད་དུ་
མགོ་ལ་ཚྲིག་དང་ལུས་ལ་བྱབ་ཀྱིན་པ་དང་། ས་རོལ་དབང་སྤེ་
པམ་ཉེས་གཏོང་ཆེད་འཁོར་གསུམ་གོ་ལག་ཐོགས་ཉེ་དམར་
འཛིང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། སྐར་ཀྱི་དམག་ཆས་དང་ གོ་མཚོ་
རྣམས་ཀྱི་བསྐྱུས་མིང་ལ།བྱབ་ཚྲིག་འཁོར་གསུམ་ཞེས་བརྗོད་

ཀྱི་ཡོད། རྒྱལ་ཉི་ལུགས་ཀྱིས་བཟོས་པའི་གོས་ཤིག་ལྟེ། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལ། འབྲུག་གོས་དང་། གོ་ཆ། ལུགས་གོས། མཚོ་རྩོད་ལོགས་དང་། དེ་ལ་དཔྱེ་ན། རྒྱལ་མིང་དང་། རྒྱལ་ཐུང་ཞེས་རིགས་གཉིས་ཡོད། དེས་རང་གི་ལུས་ལ་མདའ་

གྲི་མདུང་སོགས་མ་སོགས་པར་འགོག་སྤང་བྱེད་པ་ཡིན། རྫོག་ནི་ལྷགས་ཀྱིས་བཟོས་པའི་
 ལྷ་ཞིག་སྟེ། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལ། མགོ་སྟོབ་དང་། ལྷགས་ལྷ། རྫོག་ལྷ། ལ་ལ་སོགས་
 དང་། དེ་ལ་དབྱེ་ན་རྫོག་ཆེན་དང་། རྫོག་རྩུང་ཞེས་རིགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་སྟོབ་འདུག་སྟེ།
 རྫོག་ལྷ་ཨ་མཚོག་ཅན། ལྷ་སྟེང་དྲ་དར་འཕྱ་སྟེ་དར་ཆོན་སྐྱ་ལྷ་བརྩྭགས་པ་ནི་རྫོག་ཆེན་གྱི་
 རིགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་དམག་དཔོན་དག་གིས་གྲོན་གྱི་ཡོད། ཨ་མཚོག་དང་། དར་འཕྱ་
 སོགས་མེད་པར་དོག་ལ་ཤོད་སྤྱ་བརྩྭགས་པ་རྣམས་ནི་རྫོག་རྩུང་གི་རིགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་
 ནི་དམག་དཔུས་རྣམས་ཀྱིས་གྲོན་པ་ཡིན་ཞེས་སྤྱང་མཁན་གྱི་དཔྱད་པའི་ཞལ་ལས་ཐོས།
 འཁོར་གསུམ་ནི། མཚོན་ཆ་མདའ་གྱི་མདུང་གསུམ་ལ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ།

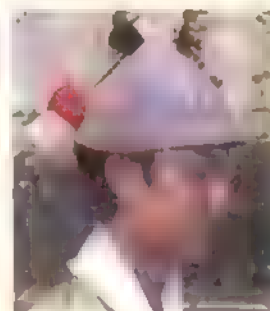
ལྷགས་ལྷའམ་དམག་ལྷ།



འདི་ནི་ཐོད་དམག་ཚོས་དབྱན་ཏུས་གྲོན་པའི་
 དམག་ལྷ་ཞིག་ཡིན། ཡུལ་མཆོག་སྐྱ་སྤང
 བཅུ་གསུམ་པའི་སྐབས་ཐོད་ཀྱི་དམག་ལྷགས་
 དབྱིན་ལྷགས་སུ་བསྐྱར་དེ་དམག་ལྷའི་གཡས་
 ཐོད་ཏུ་རང་རང་གི་བོ་གནས་མཚོན་པའི་དམག་
 དེ་ནི་ལྷགས་ལྷ་གཞན་དང་བཟོ་དབྱིབས་ཅུང་མི
 ལྷགས་དང་། ལྷག་ལྷགས་སོགས་གདོང་སྒོལ་
 ཏུ་ལྷ་ན་གཉིས་ཙམ་མཆོག་སྤང་མར་སྤོང་ནས་གྲོ

ལྷན་སྐྱེས་པ་

ལྷ་མོ་འདི་ནི་དེ་སྤྱི་བོད་ཀྱི་དམག་ལྷ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་
ལྷགས་མོག་འདིའི་རིགས་ནི་ཡར་ལ་མཆོག་སྐུ་བྱེད་རིམ་
ལྷོན་ཀྱི་ཕོ་བྱང་ནང་སྐུ་སྐྱེད་བའམ་གཟིམ་ཆུང་བ་ཞེས་
བའི་དམག་མི་དམིགས་བསལ་ཅན་ཁག་ཅིག་ཡོད་པ་
ཁོང་ཚོས་ལྷོན་པ་ལས་དམག་མི་གཞན་གྱིས་ལྷོན་སྟེན་
མེད།



ཕྱིང་ལྷ།



འདི་ནི་བོད་དམག་ཚོས་དབྱར་དུས་གྲོན་པའི་
ལྷ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་འདི་ནི་རྒྱ་ཕྱིང་པ་ལས་
བཅོས་གིང་། དེའི་མཐའ་འཁོར་ཐེང་ཐེང་ཆེ་
ཅས་ཡོད་པ་དེ་ནི་དབྱར་དུས་ཉི་མས་གདོང་པ་
མ་འཆོགས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། གཞུལ་བའི་སྐྱ་

སྐྱར་དམག་མི་མ་ཡིན་པའི་བོད་མག སྤྱི་བྱིངས་ཀྱིས་ལྷ་བོད་དུ་རང་རང་གི་དམག་
དྲགས་བསྐྱར་དེ་དབྱར་དུས་སྐྱ་གྲོན་པ་ཡིན། ལྷ་འདིའི་མིང་གཞན་ལ་རྒྱ་གར་ལྷ་མོ་
ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེའི་ཐོག་ནས་བལྟས་ན་འདི་ཐོག་མར་རྒྱ་གར་ནས་ཚུར་བོད་
དུ་དར་བར་སྐྱར་ངོ་།

ཀེས་ལྷ།



ལྷ་འདི་ནི་དབྱིན་ཇིའི་དམག་མི་སྤྱི་བྱིངས་
ཀྱི་ལྷ་ཞིག་ཡིན། སྤྱིས་སྐྱ་ཡུལ་མཆོག་
སྐྱ་ཐེང་བཅུ་གསུམ་པའི་སྐྱ་དུས་སྐྱ་བོད་
ཀྱི་དམག་ལུགས་དབྱིན་ལུགས་སྐྱ་
བསྐྱར་གནང་མཛད་པ་ནས་བཟུང་།

བོད་ཀྱི་དམག་མི་ཚོས་ལྷ་དེའི་བོད་སྐད་དུ་རང་རང་གི་གནས་དྲགས་ (གོ་གནས་
མཆོན་པའི་དྲགས་གིག་ལ་ཟེར་) བརྒྱལ་སྤེལ་གྲོན་གྱི་ཡོད།

བོད་འགོག



ལྷ་འདི་དབྱིན་ཇིའི་དམག་མི་སྤྱི་བྱིངས་ཀྱིས་གྲོན་པའི་
ལྷ་ཞིག་ཡིན། སྤྱིས་སྐྱ་ཡུལ་མཆོག་སྐྱ་ཐེང་བཅུ་
གསུམ་པའི་སྐྱ་དུས་སྐྱ་བོད་ཀྱི་དམག་ལུགས་དབྱིན་
ལུགས་སྐྱ་བསྐྱར་གནང་མཛད་པ་ནས་བཟུང་། བོད་ཀྱི་
དམག་མི་ཚོས་ལྷ་དེའི་བོད་སྐད་དུ་རང་རང་གི་གནས་
དྲགས་བརྒྱལ་སྤེལ་གྲོན་གྱི་ཡོད། དམག་དབྱུས་ནས་ཁྱིང་ཆབ་བར་གྱི་ལྷ་བོད་དུ་གླིང་
བཞི་ཅན་ལ་བོད་དམག་དང་། ཀ་སྐར། ཏུ་ཁག ཁྱིང་ཁག དམག་གྲངས་བཅས་
འཁོད་པའི་དམག་དྲགས་གཅིག་མཚུངས་བསྐྱར་བ་དང་། དེ་དག་གི་གནས་དྲགས་
དབྱར་ཟུར་གྱི་མི་དུ་དམར་པོ་མང་ཉུང་ལས་འབྱེད་པ་ཡིན། ཁྱིང་དཔོན་ནས་དམག་
སྤྱི་ཆེ་བ་བར་ལྷ་བོད་ཀྱི་གནས་དྲགས་ལས་རང་རང་གི་གོ་གནས་མཆོན་ཐུབ་ཀྱི་
ཡོད་པ་ཡིན་ནོ།

མ་མོང་ཏུ་བསྐྱར་གྱི་འགན་ལེན་གྱི་ཉམས་ཞུས་པའི་སྐོར་འགན་ཅིན་ལྟུག་ན།

༡ ཡིང་དཔོན་གྱིས་ལྷ་ཐོད་དུ་སང་གོ་གཉིས་གྱིས་བཏེགས་པའི་ཏོ་ཏེ་

ཕྱེད་ཀའི་གནས་ཏྲགས་བསྐྱར་བ་དང་།



༢ བསྐྱེད་པོ་ན་གྱིས་ལྷ་ཐོད་དུ་སང་གོ་གཉིས་གྱིས་བཏེགས་པའི་དོ་རྩེ་ཆ་

ཚེང་བའི་གནས་རྟགས་བསྐྱར་བ་དང་།



३ རྒྱ་དཔོན་གྱིས་ལྷ་མོད་དྲུ་མེད་གོ་བའི་སྤྱིས་བཏེགས་པའི་རྩོུ་

གཏུམ་སྒོམ་གྱི་གནས་ཏྲུག་ལ་བསྐྱར་བ་དང་།



མདའ་དཔོན་གྱིས་ལྷ་ཐོད་དུ་སེང་གོ་གཉིས་གྱིས་བདེགས་པའི་རྡོ་རྗེ་

ཕྱི་ལྷན་གྱི་གནས་འདུག་པ་དང་



ལ་ དམག་སྒྲིས་ལྷ་སྒྲེང་དུ་སང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་བཏེགས་པའི་དོ་ཆེ་ལྷ་

གུམ་དང་། དེ་ཐོག་རྩ་དར་ཁ་གུམ་ལྷན་པ་ཞིག་བསྐྱར་བ་ཡིན།



༦ དམག་སྡི་ཆེ་བས་ལྷ་སྒྲུང་དྲུ་སང་གི་གཉིས་བདེགས་དོན་ལྷ་གྲུམ་དང་།

དེ་ཐོག་རྩ་དར་ཁ་གུམ་ལ་གྲོ་སྒྲིལ་བཞུགས་པ་ཞིག་བསྐྱར་ཡོད།



གོང་གསལ་ལྷ་བཟང་སོགས་ཀྱི་མཐུན་འཛུར་གནང་མཁན་གོང་མི་སངས་ཀྱི་འཐུས་རྣམས་ཀྱིས་དབང་འདུས་

སྟོན་པ་པར་བྱུག་ས་རྩི་ཆེ་ཆེ་ལྟ།

སྡེ་ཚན་གསུམ་པ་ཚོས་པའི་བྱ་ལོ།

ལྷ་འགྲུང་རྩིང་མ་བའི་དབུ་ཞུ་ཁག་ཅིག

ཨོ་རྒྱན་པད་ལྷུང་པདྨ་མཐོང་གྲོལ།

ཕྱིན་ཅ་ཏོར་གྱལ་པོ་གཙུག་ལག་འཛིན་གྱིས་གསོན་

བསྐྱེད་པ་མཛད་པའི་སྐབས། ལྷ་པོ་མོ་ཆེའི་དོ་ཆེའི་

སྐུ་ལ་མེ་ཡི་བཀོད་པས་མ་ཚུགས་ཏེ་ངོ་མཚར་བསྐྱེད་

དབུས་ན་སྤྱོད་གཅིར་བྱར་བྱར་བཞིལ་བཞིལ་སྒྱར་

བཞགས་པར། རྒྱལ་པོ་འཆར་དང་དང་པ་སྤྱེས་ནས།



ཟེ་འོག་པེར་མཚོད་གསར་པའི་སྒོ་ཐུས་ལ། ང་ཡི་ལྷ་གོས་ཐམས་ཅད་འབྱེར་

ལ་ཤོག། ཅེས་ཟེར་ནི་སྐྱ་ཆས་ཐམས་ཅད་དང་རྒྱལ་སྤྱི་འབངས་འཁོར་དང་

བཅས་པ་འབྲུལ་དཔ་གྱི་དབྱ་ལྷ་དེ་ལ་ཨོ་ལྷོ་པད་ལྷ་ལ་པར་མཐོང་གྱི་ལ་

ཆེས་ཆེར་ཁིང་། ལྷ་དཔེ་མཚོ་དོན་ཡང་སྤྱི་ནང་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱེས་

མེད་པ་ཡང་འདྲ་བ་མཆོད། ཡང་ཅི་གསུམ་གྱིས་སྒྲུབ་སྒྲ་ཤོད་སྒྲ་ཆོས་དེ་སྒྲ་

གསུམ་མཚོ། ལྷ་ཁྲ་མིང་གས་དམ་ཚིག་ལྷ་མཁའ་མེད་པ་མཚོ། རྩེ་རི་

དོག་གིས་དྲིང་ངེ་འཛིན་གཡོ་འགལ་མེད་པ་མཆོད། སྐད་ཀྱི་ཅེ་ལྟོས་ལྟ་བུའི་

ཡང་ཅེ་རྟོགས་ཤིང་སྒྲུབ་པ་མཐར་ཐིམ་པ་མཆོག་པ་བཅས་སོ།

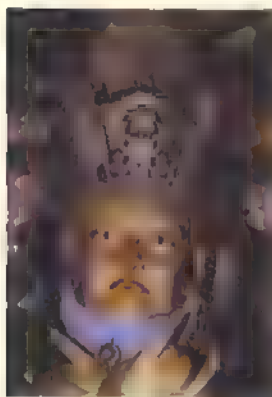
ཡུ་ཤིང་ལྷོ་གོང་ན།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་སྤྲ་འགྲུར་རྟིང་མའི་སྒྲ་ཆེན་སྤྲིན་གྱིང་གི་
 ཆེན་མཆོག་གིས་བཞེས་སྟེ་ལ་ཡོད་པའི་དབུ་ལྷ་ཞིག་
 ཡིན། དེས་ནི་རྒྱས་དབང་དྲག་མཆོན་དེ་འདྲ་བར་
 འདིའི་ཁྱེད་ཀྱི་དང་པོས། ནད་དང་གཏོན་འདྲེའི་

གནོད་པ་ཁྱིལ་བར་བྱེད་པས་ཁྱིལ་མཆོན། གཉིས་པས་ཆེ་དང་བསོད་ནམས་དཔལ་
འབྱོར་རྒྱས་པར་བྱེད་པས་རྒྱས་པ་མཆོན། གསུམ་པས་མི་དང་མི་མ་ཡིན་སྟགས་
དབང་དུ་སྦྱར་བས་དབང་མཆོན། བཞི་པས་དབྱ་པོ་ཆར་གཙོད་པར་བྱེད་པས་དབྱ་
པོ་མཆོན་པ་བཅས་ནི་སྤྱ་མེད་ངག་རྒྱན་དུ་གྲགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞོར་སྤྱབས་ཇེ་མཁོ་
ཁྱེན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ཞལ་སྤྱ་ནས་ཐོས་སོ།།

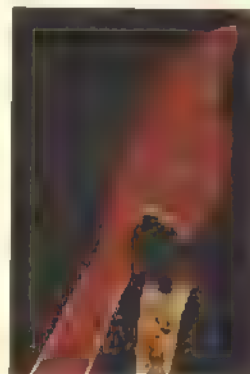
པད་ལྷ།



གདེར་ཆེན་འབྲུར་མེད་དོ་རྗེའི་དབྱ་ལྷ་དེ་ཡང་ཆོས་ཉིད་
འབྲུར་བ་མེད་པའི་མཆོན་གྱིད་ཀྱི་བདར་ཁ་དོག་སྡོམ་གསལ་
རྒྱ་གསལ་མ་འདྲུ་འབྲུལ་མེད་པའི་བདར་ཐོད་ཁ་བདར་
འདབ་གཅིག་དང་གཡས་གཡོན་གྱི་བྱུང་རྒྱ་གཉིས་ལ་
གོས་དམར་མེར་གྱི་འཇམ་ཡོད་པ། ལས་བཞི་ལྷན་གྱིས་
ལྷ་བ་པའི་བདར་ཐོད་ཁ་བདར་འདབ་གྱི་དཀྱིལ་དུ་གསལ་

གྱི་དོ་རྩེ་རྒྱ་གུམ་ཡོད་པ། ཐབས་ཤེས་བྱུང་དུ་འབྱུག་པའི་པདྨ་མེད་དུ་ཉི་མཱ་གཉིས་
 གྱི་མཆན་པ། ཉིང་དེ་འཛིན་གཡོ་འགྲུལ་མེད་པའི་པདྨ་ཅེ་མོ་གསེར་གྱི་དོ་རྩེ་འི་
 ཉོག་གིས་བརྒྱན་པ་བཅས་སོ།།

པུ་ཁ།



ཨོ་ལྷན་སྒྲིལ་གྱི་ལྷན་པའི་མཁན་སྒྲོབ་རྣམས་ནི། དབུ་ལྷ་
 བཀ་ལྷའི་དབྱིབས་ཅན་དེ་ཡང་ཤེས་རབ་སྒྲོབས་གྱིས་
 ལོག་དྲོག་འཛུམས་པའི་མཆོན་བྱེད་ཅེ་མོ་ཅུང་ཟད་ནོ་བ།
 མཐའ་གང་ལའང་མི་གནས་པའི་དེ་ཉིད་མཆོན་བྱེད་ལྷའི་
 ལྷོ་བ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོམ་པ། མདོ་སྒྲགས་གྱི་ཆོས་རྒྱལ་གཞན་
 ལ་འདོམས་རྒྱས་མཆོན་བྱེད་ཅོད་པར་གཉིས་ནས་མར་འབྲུང་བ། འདུལ་བ་ལ་གཙོ་
 བོར་དྲོན་པ་དང་གཞན་དྲོན་དུ་ཆོས་འཆད་པ་ལ་ངལ་བ་མི་མངའ་བའི་མཆོན་བྱེད་
 རི་མོ་གཅིག་གིས་བརྒྱན་པ། འདུལ་བ་དང་མདོ་སྒྲེ་ལ་གཙོ་བོར་དྲོན་པ་དང་གཞན་
 དྲོན་དུ་ཆོས་འཆད་པ་ལ་ངལ་བ་མི་མངའ་བའི་མཆོན་བྱེད་རི་མོ་གཉིས་གྱིས་
 བརྒྱན་པ། འདུལ་བ་མདོ་སྒྲེ་མ་མོ་འཛིན་པ་དང་གཞན་དྲོན་དུ་འཆད་ཅོད་ཅོམ་
 གསུམ་གང་ལ་ཡང་ངལ་དུ་བ་མི་མངའ་བའི་མཆོན་བྱེད་རི་མོ་གསུམ་གྱིས་བརྒྱན་
 མོ། ལྷ་འདིའི་འབྲུང་ཁྲུངས་རགས་ཅིམ་ལྷས་ན། བར་སྒྲབས་ཤིག་གྱི་གར་དུ་ནང་བ་
 རྣམས་ཉམ་ཆུང་ཞིང་ལྷ་སྒྲེགས་གྱི་རྒྱལ་བ་ལྷག་བར་མང་བས་སངས་རྒྱས་པའི་

གཙུག་ལག་ཁང་ལྷ་མོ་ཐམས་ཅད་ན་ནང་པའི་ཚོལ་བ་ནམས་སེམས་འཆབ་
 འཆབ་དུ་གནས་པའི་ཆོ། ལྷ་ག་ལའི་བྱེ་བྲག་ཙ་ཏི་ལྷ་པོའི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་གཙུག་ལག་
 ཁང་པརྱེ་བུ་ཏ་ར་ཞེས་བྱ་བར་ནང་པའི་དགེ་སློང་ཆོས་ལུ་སྒྲུགས་སོགས་ཀྱི་ཚོལ་བ་
 མང་པོ་དང་ཚོད་པ་བྱེད་པར་ཁས་སྐྱེད་ས་པས། ལྷ་བ་བམ་མི་ལྷ་བ་སྒྲུལ་ནས་ཡོད་པ་
 ལ་བྱད་མེད་ཀན་མོ་ཞིག་བྱེད་ནས་ཆོར་མ་ལྷ་བྱེད་ཅོད་པན་མགོ་ལ་གྱོན་ཏེ་ཚོད་
 ཅིག་རྒྱལ་བར་འབྱར་པོ། ཞེས་བཤད་པ་ལྷ་ར་བྱས་པས་རྒྱལ་ཞིང་གཞན་དུ་ཡང་དེ་
 ལྷ་ར་བྱས་པས་རྒྱལ་བ་བྱེད་ནས་དེ་ཕྱིན་ཆད་ནས་པརྱེ་ཏ་ནམས་ལྷ་ཙེ་རིང་གྱོན་པ་
 རིམ་གྱིས་དར་བ་བཅས་སོ།

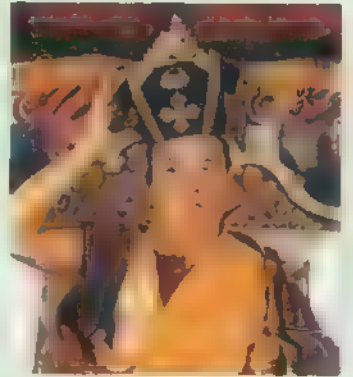
གོང་གསལ་ལྷ་བཤད་མཐུན་འཁྱར་ཨོ་རྒྱན་སྒྲིན་གྱོལ་སྤྱིང་དགོན་མཁོ་བྱིས་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ནས་གནད་བུང་

བར་ཐུགས་རྗེ་ཆོ།

དཔལ་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་དབུ་ལྷ་ཁག་ཅིག

མཁའ་འགྲོ་འབྱུང་ལྷ།

དབུ་ལྷ་འདི་ནི་མདོ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་དང་། མདོ་
 ལྷ་ར་གཤེགས་པ་སོགས་སུ་ལུང་གིས་ཟིན་པ།
 རྒྱལ་དབང་ཀམ་པའི་དབང་རྟགས་ཀྱི་ཙོད་པན་ཏེ་
 སྒོན་སྒྲིན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྩམ་རྒྱལ་དྲང་སྤྱོད་དགོན་
 པ་སྒྲེས་ཞེས་བྱ་བ་ལ། ཐུགས་བརྩའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་
 དང་བཅས་པས་མཁའ་འགྲོ་མ་འབྱུང་གྱི་དབུ་སྒྲེ་



ལས་བྱས་པའི་ལྷ་ནག་སྤྱི་པོར་བཅེངས་ནས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱིས་ཤིག་ཅིས། རྒྱལ་བ་
 འཕྱིན་ལས་པར་མངའ་གསོལ་བ་ནས་བཟུང་། སྤྱི་སྤྱོད་རིམ་གྱོན་ནམས་ལ་ཡེ་ཤེས་རང་
 སྤྱང་གི་རྒྱལ་དུ་དབུ་ལ་འབྱལ་མེད་བཞུགས་ཀྱང་། བག་ཆགས་སྤྲུལ་པའི་ལས་ཅན་རེ་
 ཟུང་ཙམ་ལས་ཀྱན་གྱིས་མཇལ་བའི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར། དེ་ནས་སྤྱི་སྤྱོད་ལྷ་པ་ཆོས་རྗེ་དེ་
 བཞིན་གཤེགས་པ། དགྲུང་ལོ་ཉེར་བཞིར་རྒྱ་ནག་དུ་ཐེབས་ནས། གོང་མ་གཡུང་རྒྱལ་དང་
 མཇལ་འཕྲད་གནང་། གོང་མས་རྟག་པར་ཀམ་པའི་དབུ་ལ་ལྷ་ནག་གཅིག་བཞེས་པར་
 གཟིགས་པས་དེ་ལ་དཔེ་བཅོལ་ནས་ཀྱན་གྱིས་སྤྱན་མོང་དུ་མཇལ་ཡུལ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུར་བར་
 གསོལ་བ་བདབ་པས། ཞལ་གྱིས་བཞེས། གཡུང་རྒྱལ་གྱིས་དེ་ལྷ་ར་བཞེངས་ཏེ་ལུལ་བ་དེ་
 ལྷ་ནག་གཉིས་པ་ཡིན་ཏེ། གོང་གི་འདྲ་བཤུས་ཡིན་པས་མཆོན་མཁའ་འགྲོ་འབྱུང་ལྷ་རང་
 དུ་གྲགས་པ་འདི་ཉིད་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༠༧ ལོར་བྱུང་བར་གྲགས་སོ།

མཐོང་གྲོལ་ཞུ་དམར།



དབུ་ཞུ་འདི་ནི་ཀམ་ཞུ་དམར་བ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། བྱམས་མགོན་ཏུ་ཡི་སི་དུ་རྣམ་གཉིས་གྱིས་གསོལ་བའི་དབུ་ཞུ་འཇམ་ཙེང་པན་དུ་ཡོངས་སུ་གྲགས་ཤིང་། དེའི་བྱང་རིམ་མདོ་ཙམ་བཞེད་ན། སྟོན་འཇམ་དབྱངས་སྒྲུལ་པ་རྒྱ་ནག་གོང་མ་གཡུང་རྒྱལ་གྱིས་ཀམ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་

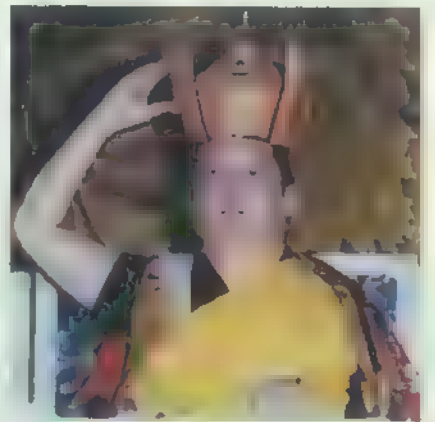
པ་སྟེ་ཀམ་པ་སྐྱུ་སྤྱེང་ལུ་པར་རྒྱལ་པོ་ཉིད་གྱི་མཇལ་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་མཐོང་གྲོལ་ཞུ་ནག་འཇམ་གྱིང་གཡས་བཞག་ཏུ་གྲགས་པ་ལུ། དག་པའི་ཞིང་ཁམས་རྣམས་སུ། འོད་དཔག་མེད། སྐྱུ་རས་གཟིགས། བྱམས་པ་མགོན་པོ་གསང་བའི་བདག་པོ་སོགས་སྟོན་འཁོར་དགོངས་པ་དབྱེར་མེད་གྱི་ཚུལ་དུ་སྒྲུང་ཞིང་། འཕགས་པོད་གཉིས་སུ་འདྲ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་ཆེན་པོའི་སྐུའི་སྐྱེ་བ་གང་དུ་བཞེས་པ་དེར་སྒྲུལ་པའི་སྐྱུ་མཉམ་དུ་སྟོན་ཅིང་ཐུགས་ཡིད་གཅིག་དུ་འདྲེས་པའི་ཚུལ་བཞུན་པ་རྒྱལ་བ་གང་གྱི་དབང་པོ་དང་། བྱམས་མགོན་ཏུ་ཡི་སི་དུ། གསང་བའི་བདག་པོ། རྒྱལ་ཆབ་གོང་མ་རྣམས་ལ་རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ན་རིམ་གྱི་གསང་གསུམ་སྟོན་ལས་དང་བཅས་པ་ཇེ་ཉིད་དང་རྣམ་དབྱེར་མེད་པའི་བཀའི་དབང་རྟགས་སུ་མཐོང་གྲོལ་ཞུ་དམར་གསེར་གྱི་མདངས་ཅན་གཙུག་ཏུ་



བཅིངས་ནས། རྒྱལ་བ་ཉིད་གྱི་སྟོན་ལས་གྱི་འཁོར་ལོས་སྐྱུར་བ་ཆེན་པོ་འཇམ་གྱིང་ཡོངས་སུ་གྲགས་པར་མངའ་གསོལ་བ་ཡིན་ནོ། དེ་ཡང་ཞུ་དམར་ནག་གཉིས་དབྱིབས་གཅིག་པ་ནི་ཡབ་སྐུས་དེ་དག་དགོངས་པ་དང་ཡོད་ཏན་ལ་བྱུང་པར་མེད་པ་དང་། ཁ་དོག་དང་བཞོད་པའི་བྱུང་པར་ཅུང་ཟད་མི་མཚུངས་པ་ནི་ཐབས་མཁས་གྱི་སྟོན་ལས་སོ་སོར་སྐྱོང་བའི་དོན་ཡིན་པས་ཞུ་དམར་ནག་གང་མཇལ་ཡང་པན་ཡོན་ལ་བྱུང་པར་ཅི་ཡང་མེད་དོ།

མཐོང་གྲོལ་སྟོན་ཞུ།

དབུ་ཞུ་འདི་ནི་རྒྱལ་ཆབ་རིན་པོ་ཆེའི་དབུ་ཞུ་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་སྐྱུར་རྒྱ་ནག་ཏུ་མིང་གཡུང་པོ་རྒྱལ་པོས་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་རང་ཉིད་གྱི་མཇལ་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་མཐོང་གྲོལ་ཞུ་ནག་ལུ། ཀམ་པ་ཆེན་པོའི་སྐུའི་སྐྱེ་བ་གང་དུ་བཞེས་པ་དེར་སྒྲུལ་པའི་སྐྱུ་ཁག་ཅིག་ཀྱང་མཉམ་དུ་སྟོན་ཅིང་། རྒྱལ་ཆབ་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་དེའི་ནང་གི་གཅིག་ཡིན་པས་ཁོང་གི་གསང་གསུམ་སྟོན་ལས་དང་བཅས་པ། རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་ཉིད་དང་། དབྱེར་མེད་པའི་བཀའི་དབང་རྟགས་སུ་མཐོང་གྲོལ་དབུ་ཞུ་ལི་ཁང་བྱུང་པར་ཅན་འདི་གཙུག་ཏུ་བཅིངས། དེ་ཡང་མཐོང་གྲོལ་ཞུ་ནག་དང་དབྱིབས་མཚུངས་པ་ནི་



ཡབ་སྐུ་དེ་དག་གི་དགོངས་པ་དང་ཡོན་ཏན་ལ་བྱུང་པར་མེད་པ་མཆོན། ཁ་དོག་
 དང་བཀོད་པའི་བྱུང་པར་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་ནི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་སོ་སོར་
 སྦྱང་བའི་དོན་མཆོན་པས། མཐོང་གྲོལ་དབུ་ལྷ་དེ་དག་གང་མཇུག་ཡང་ཕན་ཡོན་ལ་
 བྱུང་པར་མེད་དོ། དུགས་ལྷ།



དབུ་ལྷ་འདི་ནི་བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞི་ཅུང་བརྒྱུད་དུ་
 བྲགས་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆེར་འཕེལ་བའི་བསྐྱེད་
 འཛིན་གྱི་སྤྱེས་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་གསོལ་བའི་དབུ་ལྷ་
 ཞིག་སྟེ། དེའི་མཆོན་དོན་ནི། བསོད་རྣམས་དང་ཡེ་
 བེས་ཀྱི་ཆོགས་ལ་དྲག་དུ་འཇུག་པའི་བདར་གཡོན་
 གཡམས་པད་འདབ་ནར་མར་འབྲེལ་བ། སྦྱང་ནིད་སྦྱང་རྩེ་བྱང་དུ་འཇུག་པས་འགྲོ་
 དོན་ལ་ངལ་དུ་བ་མི་མངའ་བའི་བདར་དབུས་སུ་པད་འདབ་བྱང་གིས་བརྒྱན་པ།
 ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་ལ་ལོངས་སུ་སྦྱོང་ཅིང་ངོམས་པ་མེད་པའི་བདར། ལྷ་
 ཡི་དཀྱིལ་གཞིར་པ་ལྷར་བྱེན་དུ་ཁ་གཡེལ་བ་བཅས་སོ།

ཕག་བྱ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོན་གྱི་དབུ་ལྷ།

ཕག་བྱ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོན་གྱི་དབུ་ལྷ་འདིའི་མིང་དང་།
 རྒྱ་ཆ། གོ་དོན་སྐབས་འདི་གར་ལག་སོན་མ་བྱུང་བས་སྟོག་
 པ་པོ་སྐུས་མཁྱེན་ཡང་ངེས་གཏོང་གནང་ཡོང་བ་ལྟ།

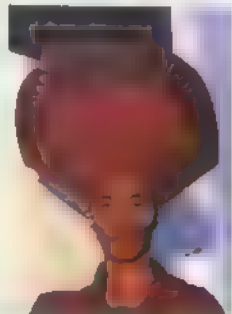


སྒྲོམ་ལྷ།

དབུ་ལྷ་འདི་ནི་མར་མེ་དུགས་གསུམ་བཀའ་སྟོལ་
 ཆོས་བརྒྱུད་དང་། གདན་ས་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཆེ་བ་
 སྒྲོས་གཞུག་བར་དཀའ་བས་བྱུ་བ་ཐོབ་ཀྱི་ཆང་ཆེན་
 པོ་བཅོལ། རྟོགས་པའི་བསྐྱེད་པ་སྐྱབ་པས་འཛིན་པ་
 ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྐྱགས་
 པ་མཇོད་པ་ལྷར་སྐྱབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་
 འཛིན་སྦྱང་སྤྱེལ་བའི་ཕྱིན་ལས་ལ་དབང་འབྱོར་བའི་སྤྱེས་བྱ་དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་
 དང་སྦྱོ་མོ་ལས་འཛིན་རྣམས་ཀྱི་གསོལ་བ་སྟེ། མཆོན་དོན་ནི། ལྷ་འདབ་གཡམས་
 གཡོན་སུ་འཇུད་དུ་འཁོར་བ་ནི། བདེ་སྦྱང་བྱང་འཇུག་གི་ལས་མཆོན་པའོ། དཀྱིལ་
 དུ་པད་འདབ་འཇའ་རིས་ཅན་གྱིས་ནི་འདུ་བ་རྣམ་བཞིས་གདུལ་བྱ་རྣམས་སྦྱོང་
 བའི་བདའོ། དབུས་གཞིར་པ་ལྷར་བྱེན་དུ་བསྐྱེད་པ་ནི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་
 སྦྱོ་སྦྱོ་ཆོགས་ལ་ཐོས་བསམ་བསྟོམ་པས་མི་ངོམས་པའོ།

དབུ་སྒྲོམ་མཐོང་གྲོལ་རིན་པོ་ཆེ།

དབུ་ལྷ་འདི་ནི་འགྲོ་མགོན་འཕགས་མོ་བྱ་བས་སྐབས་ཤིག་
 བྱ་སྟོབ་རྣམས་ལ་རྟེན་འབྲེལ་བདུག་པར་དགོངས་དེ་རྩེ་
 འབྲི་གང་སྟོབ་པ་དང་། སྦྱང་རས་པ། སྐག་ལུང་ཐང་པ་



གསུམ་ལ་སྐྱུ་སྐྱུ་དཔལ་པོ་འདོམ་གང་རེ་གནང་སྟེ། རྟེན་རང་གསུམ་གྱིས་སྒྲོམ་
 ལྷ་རེ་བཅོས་ནས་འབྱེད་ཤོག་གསུངས་པའི་ཆོ། སྐྱུ་ལྟར་ཐང་པས་སྐྱུ་བྱ་དེ་རང་
 ལ་བཅོས་པས་དྲ་མིག་མར་གྲགས་པའི་ཆུང་དྲ་ད་ལྷ་སྐྱུ་ལྟར་པའི་ལྷགས་འདི་
 བྱང་། རྟེན་རང་པས་སྐྱུ་བྱའི་སྟེ་མོ་ནས་ཅུང་ཟད་བཅད་པ་མ་དུ་ནར་བསྐྱུར་ནས་
 བཞེས་པས་མ་ལྟར་སྟེ་དོ་སྒྲོ་རས་གྱིས་བྱས་པ་ཞིག་བྱང་། རྟེ་སྒྲོ་བ་པས་ཐུགས་ལ་
 རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་དགོངས་ནས་ད་དྲུང་སྐྱུ་ལ་འདོམ་གང་བསྐྱུར་ནས་བཅོས་པས་སྐྱུ་ག་
 ཡོར་མར་གྲགས་པ་ཤིན་དུ་ཆེ་བ་འདི་ཉིད་བྱང་། འགྲོ་བའི་མགོན་པོས་རྟེན་འབྲེལ་
 མཆོག་དུ་གྱུར་བར་གཞིགས་དེ་རྟེན་འབྲེལ་མཐར་ཕྱིན་འབྲི་གུང་བ་ཞེས་གསུངས་
 པས་དེ་ལྟར་ཡོངས་གྲགས་སུ་གྱུར་དོ། དབུ་ལྷ་འདིའི་དབུས་སུ་འཆོམ་བྱའི་ཆོགས་
 མང་དུ་འདུས་པ་དེས་ནི་སངས་རྒྱུ་སྒྲོང་སྐྱུ་མཆོན་ཞིང་། གཡས་གཡོན་གཉིས་
 སུ་ཆོགས་བཞེ་རེ་ཡོད་པ་དེས་ནི་ཆད་མེད་བཞིའམ་ཉེ་བའི་སྐྱུ་ཆེན་བརྒྱད་མཆོན།
 རྒྱུ་དུ་དར་དཔར་གྱིས་བརྒྱན་པའི་དར་གསུམ་ཡོད་པ་དེས་ནི་རིགས་གསུམ་
 མགོན་པོ་མཆོན་པ་བཅས་སོ།



སྒྲོམ་ལྷའམ་ལྷ་བྲ།

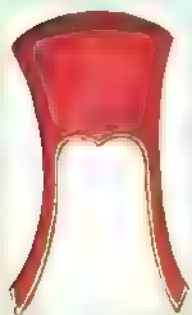
དབུ་ལྷ་འདི་ནི་དཔལ་མར་མི་དྲགས་གསུམ་གྱི་བཀའ་སྟོལ་
 འཛིན་པ་སྐྱུ་བ་བརྒྱད་ཀྱི་རྟེ་རྟེ་སྒྲོ་བ་དཔོན་མདོ་སྐྱུ་ལྟར་
 འཇུག་གི་ལམ་ལ་གནས་ཤིང་། བསྐྱུར་པ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་

ལ་གཅིག་དུ་བརྩོན་པ། འཛིག་རྟེན་འཁོར་བའི་བྱ་བཞག་དང་གྲགས་པ་ལ་སྒྲོམ་པ་
 མེད་པ། རང་དོན་ཡལ་བར་དོར་ཞིང་གཞན་དོན་ལ་སྒྲོ་བ་ལ་མེད་པ། ཐོས་བསམ་
 སྒྲོམ་པའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོག་ལྷ་བྱ་ལ་དབང་འབྱོར་བའི་སྒྲོམ་བྱ་ཆེན་པོ་རྣམས་གྱིས་
 གསོལ་བའི་དབུ་ལྷ་སྟེ། མཆོན་དོན་ནི། དབུས་སུ་འཇུག་མཆོན་གྱིས་བརྒྱན་པའི་
 གྱུར་བྱིམ་ནི་ཐབས་སྐྱོ་ཆོགས་པས་འགྲོ་བ་རྣམས་འདུལ་བར་མཆོན་པའོ། གཡས་
 གཡོན་ལྷ་འདཔ་གྱིས་བརྒྱན་པ་ནི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཆོགས་ལ་དྲག་དུ་
 འཇུག་པའི་བརྟོ། དཀྱིལ་གཞིང་པ་ལྟར་ཡངས་པ་ནི་ངལ་བ་བྱང་དུ་བསད།
 དཀའ་བ་དང་དུ་སྤངས། ལུས་སྟོག་འབེན་དུ་བརྩུགས། བ་བྲག་ཟན་དུ་བོར་ནས་
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ངོམ་པ་མེད་པར་འཆོམ་བའི་དོན་ནོ། སྟེད་པ་རྒྱུ་པོར་
 འཁོར་བ་ནི་འཁོར་འདས་ལམ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེ་སྟོང་
 ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་དུ་རྟོགས་པའི་དོན་ནོ། ཡར་སུག་རྩ་མོ་བྱེན་དུ་སྐྱོགས་
 པ་ནི་སྐྱུ་བསམ་བཞེད་དུ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་གྱི་གནས་ལུགས་
 འགྱུར་བ་མེད་པའི་དོན་མཆོན་པ་ཡིན་ནོ།

མོད་གསལ་གྱི་བཞུད་གྱི་སྐྱུ་ལྟར་གནང་མཐུན་འབྲི་གུང་བྱང་ཆུང་ལྟེ་དཔོན་ལས་ཤེད་རྒྱར་པ་ཆེ་བཞན་
 དགེ་ལེགས་ལགས་དང་། བསྐྱུར་དགའ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་ཐུགས་རྟེན་ཆེ་བྱ།

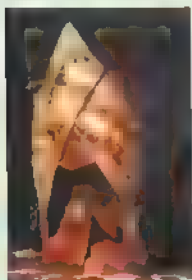
དབུ་ས་སྐྱ་བའི་དབྱ་སྐྱ་ཁག་ཅིག

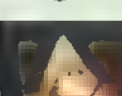
ཡུང་མཐོ།



ལྷ་འདིན་པ་ལ་ལྷ་ས་སྐྱེ་སྐྱེ་དུས་སུ་དར་ལ། དེ་ཡང་འཇམ་
དབྱངས་ས་པཎ་གྱི་སྐྱེ་ཆེན་སྐྱེ་ཅན་དུ་འདོད་ཅིང་། ལྷ་འདིན་
སྐྱེ་གཉིས་ཐུང་དུ་བརྒྱུང་ནས་ཡོད་པས་དེ་ལ་བརྒྱུང་ལྷ་ཞེས་
གྲགས་སོ།

ସଂଗ୍ରା

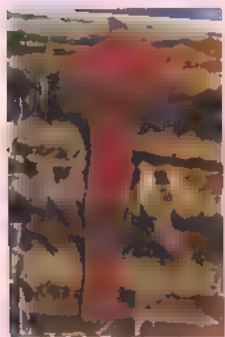



 ས་ཁུ་ཞེས་པའི་དབུ་ཁྱ་འདི་ནི་ཆོས་རྒྱུ་ས་པའ་གྱི་སྐུ་རིང་ནས་
 མནའས་སྐྱོལ་དར་བ་ཞིག་ཡིན། དབུ་ཁྱ་འདི་ནི་ཅ་བ་པའ་ཁྱ་
 དམར་པོ་དང་ཚུལ་མཚུངས་པ་ལ། དབྱིབས་སྒྲོར་ཞིང་ཅེ་མོ་
 མེད་པའི་ཐོག་དུ་སྡེ་སྡོད་གསུམ་རིས་སུ་བྱས་ཏེ་ཁྱ་ལག་
 གཉིས་ཐུར་དུ་འཕྱངས་པ་དེ་ཆོས་རྒྱུ་དཔོན་སྐུ་མཆེད་ནས་རོར་ཆེན་པོ་གསུམ་
 གྱི་བར་དུ་དབུ་ཁྱ་དེ་རང་མནའས་པ་ཡིན། སྤྱིས་སུ་ས་སྐུ་པའི་གདན་རབས་
 ཉེར་གསུམ་པ་སྐགས་འཆང་ངག་གི་དབང་པོ་ཀུན་དགའ་རིན་ཆེན་སྐུ་དུས་སུ།
 སྒྲོས་དབང་བྱུང་བར་ཅན་ལྟ་བུའི་ཁྱ་ལག་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཡར་ཐོད་དུ་
 བསྐྱོལ་བས་ཁྱ་ལྟར་ཅེ་མོ་ཐོག་ནས་ཐུབ་ངོས་སུ་བསྐྱན་བའི་སྐྱོལ་དུ་གསུངས།

ཞུ་བཤད་ཀྱང་སྤྱིའི་ཚུལ་དང་བྱེ་བྲག་དུ་གསུངས་པ་ཡོད་པས། འདིར་སྤྱིའི་ཚུལ་དུ་
བྱས་ན། ཚུལ་བསྟན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྤངས་པ་གསུམ་དུ་འདུས་
པའི་བཅར། སོ་ཐར་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྟན་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་
པའི་དབང་དུ་བསྟུས་ནས་ཚོས་ལ་གཟུང་པའི་སྤྱིར་ཁ་མདོག་དམར་པོ། བྱང་སེམས་
ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྟན་ཞིང་སེམས་ཅན་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་སྤྱིར་ཡང་ཁ་
མདོག་དམར་པོ། གསང་སྒྲགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱ་ཞིང་སྒྲགས་ལམ་ལ་སྤྱོན་གྲོལ་ལམ་
གཉིས་གྲོལ་ལམ་ལ་ཡང་བསྐྱེད་རྫོགས་སམ། ཐབས་ཤེས་བྱང་དང་ལྟན་པས་ན་
བར་དུ་སྒྲགས་རས་སུམ་སྒྲག དེ་ཡང་སྒྲགས་ལམ་དེས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དྲི་མ་མཐའ་
དག་འབྱུང་བར་མཚོན་བྱེད་སྤྱིར་ཁ་མདོག་དམར་པོ། དེ་ལྟར་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་
ལམ་དང་། དེའི་འབྲས་བུ་ནི་འགོག་པ་དེ་འགོག་ལམ་གྱི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་ལེགས་པར་སོན་པ་དེས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མི་གཡེལ་བས་ཞུ་འདབ་ལས་རྩ་
བ་གཉིས་བསྐྱངས་པ། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཡོན་ཏན་གྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་
སྒྲག་བསྐལ་དང་ཀུན་འབྱུང་གི་འདམ་དུ་ཚུད་པ་ལས་བདོན་ནས་ཞི་བ་ལ་བགྱི་བའི་
བཅར། ཞུ་རྩ་གཉིས་སྤེད་དུ་འཕངས་པ། དེ་ནི་བ་གཅིག་གྱུའི་མཐའ་ནི་བསྟོད་བྱུའི་
མཐར་ཐུག་མ་ཡིན་པས་མཐར་ཐུག་གདུལ་བྱ་མཐའ་དག་མི་གནས་པའི་སྤྱང་
འདས་སུ་འབྱིད་པའི་བཅར་ཞུ་རྩ་དེར་སྐྱུ་གསུམ་མཚོན་བྱེད་དབྱས་གོས་དམར་པོ།
མཐར་འཇགས་སེར་པོ་སྐྱུ་འབྲེལ་སེར་སྐྱ་དང་གསུམ། གདུལ་བྱུའི་དབང་གི་ཐེག་

བ་སོ་སོར་བསྐྱེད། ཡང་ངོ་བོ་གཅིག་ལས་མི་འདུང་བས་དབྱིབས་སྐྱུ་མོ། གནས་
སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་བཅར་ཅེ་མོ་ཅུང་ཟད་མཐོ་བ་བཅས་
སོ།། དེ་ལྟ་བུའང་ལྷགས་འདིའི་ངོར་རྫོང་ཆར་པ་སོགས་གདན་ས་གཞན་དང་གཞན་
དུའང་ལམ་འབྲས་པའི་སྤྱོད་པ་བརྒྱད་པ་རྣམས་དང་། དམིགས་བསལ་གནད་བ་
ཐོབ་པའི་སྤྱོད་པ་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་མནའམ་ཆོག་པ་ལས་གང་བྱུང་དུ་མནའམ་
མི་ཆོག་པ་བཅས་ཡིན།

པཌ་ཁྱ།

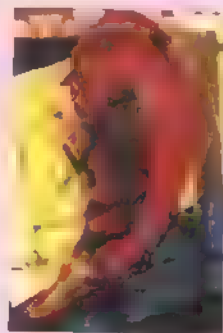


འདི་ལ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་བ་ཡིན་ཏེ་རྩ་བའི་དབྱིབས་སྐྱོར་མོ་ཅེ་
མོ་ཅན་གྱི་དུ་བསྐྱེད་ཞིང་མདུན་ངོས་སུ་ཅུང་ཟད་ཉག་ཡོད་
པ་ལྟ་ལག་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཐུར་དུ་འབྱུངས་པ།
ལྷགས་གཞན་དུའང་དབྱིབས་མཐུན་པ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་ཁ་
མདོག་དམར་པོ་ཁོ་ནར་ཡིན་པ་ལ་འཇའ་རིས་གསེར་ཅན་
གསུམ་རིམ་གྱིས་སྤྲེ་སྤྲོད་གསུམ་མཆོན་པ་དང་། འཇའ་རིས་མེད་པ་རྣམས་པ་གཉིས་
སུ་བྱས་ཏེ་གདན་ས་སྤྱོད་བྱང་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་ཆོས་ལྷགས་དུས་ཆེན་སྐབས་སུ་
སྐབས་མགོན་གོང་མ་རྣམས་པ་ཆོགས་ཐེབས་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་མཁན་གྱི་
དང་སྐབས་རམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲེ་སྤྲོད་གསུམ་གྱི་དབྱུ་ཁྱ་དང་། གཞན་སྤྱོད་
དཀྱུས་དང་བན་ཆང་བགྲེས་པ་དམིགས་བསལ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་འཇའ་རིས་མེད་

བའི་པཌ་ཁྱ་བཞེས་སྤོལ་ཡོད། གཞན་ཆོགས་ཆེན་དཀྱུས་སུ་སྐབས་ཆོག་ཡིན་ན་ཅེ་
ཁྱ་དང་། འདུལ་ཆོག་ཡིན་ན་འདུལ་ཁྱ་སེར་པོ་མནའམ་པ་ཡིན།

ཅེ་ཁྱ།

ཅེ་ཁྱ་ཞེས་པ་དབྱིབས་མགོ་ནས་ཐུར་དུ་ཅུང་ཟད་མནར་མར་
འབྱུངས་པ། ལྷགས་གཞན་དུའང་འདིའི་དབྱིབས་འདྲ་ཅམ་
ཡོད། ས་ངོར་གཉིས་ཀྱང་རྩ་བ་དབྱིབས་དང་ཁ་མདོག་འདྲ་
ལ། ས་ཁྱ་ལ་གི་གྱ་དབྱིབས་ཅན་ཏེ་ཅེ་མོ་མདུན་དུ་སྐྱུ་ཆེ་
བས་གི་གྱའི་དབྱིབས་དང་། ངོར་ལ་འབྱེད་བྱའི་དབྱིབས་
ཅན་ཏེ་ཅེ་མོ་བསྐྱེད་ཆུང་བས་འབྱེདས་བྱའི་དབྱིབས་ཞེས་ཀྱང་ཁྱ། རྩ་བའི་ཁྱ་གཞི་
དམར་སྐྱག་ཅན་ཅེ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་དམར་མདོག་ཅན་གོང་སྤྱིག་བྱས་ཏེ་ཁྱ་སྤྱད་དཀྱུས་
འོག་དུ་རིང་ཅམ་འབྱུངས་གིང་ཁྱ་ལག་གཉིས་པོ་ནང་དུ་བསྐྱེད་སྤྲེ་མནའམ་པ་ཡིན།
དཔལ་ས་སྐྱའི་གདན་ས་བྱང་མ་སྐབས་པ་བྱ་ཆང་གིས་སྐྱབ་མཆོད་དང་གཏོར་
སྤྱོད་འཆམས་བཞེགས་སོགས་རྒྱུད་སྤྲེ་གོང་འོག་གིས་མཆོན་པའི་སྐབས་ཆོག་
ཆོས་ལྷགས་དུས་ཆེན་སྐབས་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པ་རྒྱན་དུ་ཆོགས་མང་དང་།
སྐབས་མགོན་རྣམས་པ་སྤྱོགས་སུ་ཆིབས་བསྐྱར་སྐབས་ཆོག་གྱ་བྱང་པ་རྒྱན་ཐེབས་
ཀྱིས་བསྐྱང་གསོ་དང་སྐབས་ཆོག་བཀྱ་གིས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་རྒྱན་བཞེས་སུ་
མནའམ་པ་ཡིན།



སྒྲིག་ལྷ།



དབུ་ལྷ་འདི་ནི་ཙ་བ་ཙེ་ལྷ་ཡིན་པ་ལ་ལྷ་
ལག་གཡས་གཡོན་གཉིས་ལ་གོས་ཆེན་གྱི་
འཇའ་རིས་སྒྲེལ་མར་སྒྱུར་དེ་ལྷ་གཞིར་སྒྱུར་
སྒྲིག་སྒྲེ་གཟབ་པའི་བྱུང་པར་དུ་བྱས་དེ་
མནའས་པ་ཡིན། དཔལ་ས་སྒྱུར་ཆོས་སྒྲེ་

བྱང་པའི་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་སྒྲིགས་ཐོན་ཆེབས་འགྲུལ་གཟབ་མོ་དང་། ཡུལ་གྱི་
དབྱར་ཆོས་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་དམག་ཐོར་ལྷ་མོར་མཆོད་པའི་སྐབས་ཆོས་གྲུ་
རྣམས་ཀྱིས་མནའས་པ་ལས། ལྷན་གཏན་མནའས་སྒྲོལ་མེད་དོ།

གོང་གསལ་ལྷ་བཤད་རྣམས་ས་སྒྱུ་གོང་མ་སྒྲོལ་མ་སྒྲོལ་མཆོག་གི་པག་འབྲེལ་ཐོག་ཞབས་འབྲིང་པ་དཀོན་
མཆོག་ཆོས་འཕེལ་ལགས་ནས་གནང་སྟོན་བྱུང་པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

རི་བོ་དགེ་ལྷན་པའི་དབུ་ལྷ་ཁག་ཅིག་

སྒྲོ་བཅེམས་མ།



ལྷ་མོ་འདི་ནི་བོད་རང་དུ་དར་བྱས་བྱུང་བ་ལས་ཡུལ་
གྲུ་གཞན་ལ་དེ་སྒྲུ་དར་སྒྲོལ་བྱུང་མེད། དེ་ཡང་བལྟན་
པ་སྒྱི་དར་འགོ་ཚུགས་སྐབས་སྒྲུ་མེ་ཚུལ་བྲིམས་ཤེས་
རབ་སོགས་དབུས་གཙང་གི་མཁས་པ་མི་བཅུ་མདོ་
སྟད་དུ་ཐེབས་ནས་སྒྲུ་ཆེན་དགོང་པ་རབ་གསལ་གྱི་

སྒྲོ་བ་མ་གྲུམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཆོན་མཇུག་དེ་ཁོང་གི་མདུན་ནས་བསྐྱོན་ཇོགས་ཞུས་
རྒྱུར་སྒྲིལ་ལོག་ཐེབས་ཁར་དེ་སྒྲོན་སྒྲུ་ཆེན་གྱིས་གནང་བའི་བོན་པོའི་འོག་ལྷ་སྒྲོན་པོ་
ལ་ས་སེར་བྱུག་ནས་མདོག་སེར་བོར་བསྒྱུར་དེ། བྱེད་ཆོས་ལྷ་འདི་སྒྲོན་ནས་འདུལ་
བའི་བལྟན་པ་སྒྲེལ་བར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དབུ་གཙང་གི་མཁས་པ་
མི་བཅུ་སོགས་འདུལ་འཛིན་རྣམས་ཀྱིས་དབུ་ལྷ་སེར་བོ་མཆོད་པ་དང་མཐུན་པར།
རྗེ་ཆོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་འདུལ་བའི་བལྟན་པ་གོང་འཕེལ་ཡོང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་
དུ་དབུ་ལྷ་སེར་བོ་བཞེས་པ་ཡིན་ཞེས་རྗེ་ཆོང་ཁ་པའི་རྣམ་ཐར་འགའ་ཞིག་ནང་
གསལ་བ་བཅས་སོ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་ལྷ།

དབུ་ལྷ་འདི་ནི་རི་བོ་དགེ་ལྷན་པའི་རི་བྱོད་པ་ཁག་ཅིག་གིས་
མནའས་སྒྲོལ་ཡོད། རང་རྒྱུད་འདུལ་ཐབས་གཙོ་བོར་བྱས་
པའི་ཆ་ནས། ལྷ་ཙེ་རྩོ་པོ་མིན་པར་ཅུང་ལྷུ་མ་ཙམ་དང་། ང་
ཀྱིས་གྱི་གཉེན་པོ་མཆོན་བྱེད་ལྷ་ལག་ཀྱང་ནར་མོ་མ་ཡིན་
པར་བཀུག་ཡོད། སྒྱིར་ལྷ་ལག་རྗེ་ཙམ་རིང་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་ཡོན་ཏན་རྣམས་མཁྱེན་གྱི་
ཟབ་པ་མཆོན་པ་སྒྲེ། དགེ་ལུགས་པའི་བཀ་ཁྱར་ཡང་། བཀ་རིང་དང་། བཀ་ཐུང་
ཞེས་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་དང་། བཀ་རིང་ནི་ཡུལ་བཀ་རྣམས་གཉིས་དང་། དགའ་
ལྷན་བྲི་པ་སོགས་ཀྱིས་གསོལ་བ་དང་། བཀ་ཐུང་དེ་མཁན་པོ་ལ་སོགས་པ་མང་



པོས་མནའས་ཚོག་པ་བཅས་མདོར་ན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ལྷ་འདི་ཡང་ལྷ་ལག་ཐུང་
 ཐུང་ཡར་བཀལ་བ་དེས་རང་རྒྱུད་འདུལ་ཐབས་གཙོ་བོར་དམིགས་པ་ཞིག་ཡིན་
 དེས་སྟེ། ཞེས་ནས་གྲུའི་མཁན་པོ་མཚོག་གི་ཞལ་ལས་ཐོས་སོ།

རྒྱལ་ལྷ་



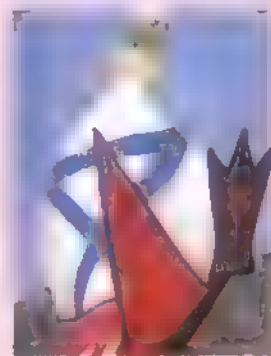
དབྱུ་ལྷ་འདི་ནི་ཨ་མདོ་ཁྲལ་གྱི་དགེ་འདུན་པ་ཁག་ཅིག་
 གིས་མནའས་སྟོལ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དབྱུ་ལྷ་འདི་ཅེ་
 ལྷ་སྟོ་ལྷག་མའི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཡང་། སྟོ་ཅེ་ནམས་
 ཅེ་ལྷ་ཀུན་ལས་ཅུང་ཟད་ཐུང་བའམ་རྒྱུམ་བ་ཡོད་པས་
 རྒྱུམ་ལྷ་ཞེས་འབོད་བར་གྲགས་པ་མིན་ནམ་སྟེ། དེའི་
 མཚོན་དོན་ཞིབ་ཏུ་ཁྲི་ལྷ་བཤད་མ་ཞེད།

གོང་གསལ་ལྷ་མཐུན་འགྲུར་གནང་མཁན་ནམ་གྲུའི་མཁན་ཐུང་བྱེད་ལྷ་སྟོ་མཚོག་དང་། རྒྱལ་གྲུའི་ཐུབ་བཅུན་
 ཡར་འཕེར་ལགས། ཀིདྱེས་པ་གྲུ་ཚང་སོགས་ལྷན་རྒྱས་ཚང་མར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལ།

གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་དབྱུ་ལྷ་ཁག་ཅིག

ལྷ་དཀར་ཁྲུང་སྤྱིང་མ།

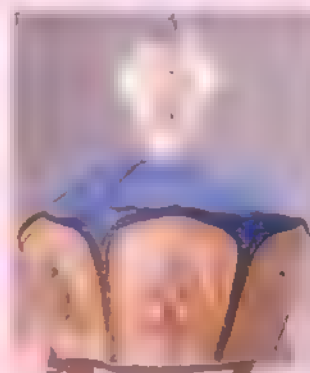
ལྷ་འདི་ནི་ལྷ་དཀར་གཡུང་དྲུང་བོན་ཞེས་བོན་གྱི་གྲུབ་
 མཐར་མཚན་གདགས་གཞིའི་ལྷ་ཞིག་སྟེ་གཞི་མ་སྤྱིང་
 བལ་དང་སྤྱི་གཡོག་རས་གྱིས་འཐུས། དེའི་མཚོན་དོན་
 ནི། གཞི་མ་སྤྱིང་དཀར་གྱིས་བོན་ཉིད་དྲི་མེད་ཀ་དག་གི་
 དོན་དང་། སྤྱི་གཡོག་དཀར་པོས་རང་བཞིན་ལྷན་རྒྱུ་རྒྱུ་
 གྱི་དོན། ལྷ་སྟོ་གསུམ་ཚུར་ལ་གཞོལ་བས་བོན་ལ་མོས་གསུམ་གྱིད་བའི་དོན།



མཐའ་རས་དམར་པོས་བསྟན་བ་མེ་ལྷར་འབར་བའི་དོན། མཐར་ཆར་ནག་པོས་
 བདུད་སྤྱིན་བསྐྱལ་མཐར་བསྐྱེད་པའི་དོན། གསེར་གྱི་གཡུང་དྲུང་གིས་གཡུང་དྲུང་
 བོན་ལ་འགྲུར་བ་མེད་པའི་དོན་མཚོན་པ་སོགས་མདོར་ན་ལྷ་འདིར་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་
 བད་དོན་བཅོ་བརྒྱད་གསུངས་ཡོད།

པད་ལྷ།

བོན་གྱི་འདུལ་ཆས་ན་བཟའ་གོས་དྲུག་གི་ཡ་གྲུལ་
 པད་ལྷ་ཞེས་པ་འདི་ནི། ཐུང་དྲུ་སྤུལ་བྱ་ཉེར་ལྔ་དང་
 ལྷན་ཞིང་། གཙུག་དྲུ་ཚང་བྲག་དོད་པ། སྤྱི་རིམ་པད་
 འདབ་བཞི་འཕ་ཡང་ན་དྲུག་དང་བརྒྱད་གང་རུང་



གིས་བསྐྱོར་བ་ཞིག་དགོས། འདུལ་བ་ལས། བད་ཞུ་སུལ་བྱ་ཙ་ལྟ་ནི། རིགས་ལྷ་
ལྷ་ཡི་སྤྱོད་དང་སྤྱོད། སྤྱོད་པ་བཞི་དག་དུ་བད་འདབ་བཞི། རྟོན་བད་བཞི་ཡིས་
མཚམས་བཞིར་མཛན། བད་མ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུར་བྱ། ཞེས་པ་ལྟར་དོ། ལྷ་ནི་རས་
སྤྱོད་སྤྱོད་པ་བཟང་དན་རན་བར་བྱ། རྟོན་དག་འདུལ་བའི་བྱིས་པ་ཡོངས་སུ་
རྟོགས་བའི་དག་པ་བྱང་སྤྱོད་གི་ཞུ་དང་། དབྱིབས་བད་མ་སྤྱོད་པ་ལྟར་ཡོད་པས་
བད་ཞུ་ཞེས་བྱ། །

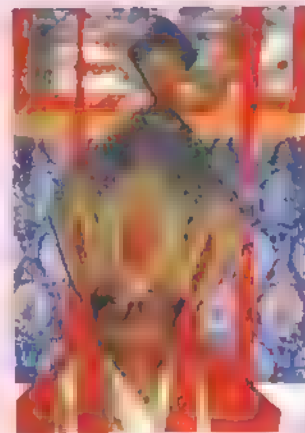
རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱོད་ཞུ།



ཞུ་འདི་ལ་དབང་གི་སྤྱོད་ཞུ་ཡང་ཟེར་དེ་དབྱིབས་
རིགས་ལྷ་འི་ཚུལ་ཅན་ཅེ་དགྲ་བ་ཞིག་དགོས།
མཚོན་དོན་ནི། ཅེ་དགྲ་དབྱུ་ལྷན་ཚུལ་དུ་བསྐྱོར་བས་
ཐེག་དགྲའི་བོན་འཁོར་བསྐྱོར་ཞིང་འགྲོ་བ་འདེན་
པའི་དོན་དང་། སྤྱི་གཙུག་དུ་དར་དཀར་གྱི་འབྲིང་ཐོད་དང་། དེ་ལ་དར་དམར་གྱི་
འཕྱུ་ཐོད་བཅིངས་པས་སྤྱོད་ཁམས་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་ལྷུ་པོར་དབང་བསྐྱོར་
ནས་ལྷུ་པོ་བྱིས་པ་དང་བོན་བྱིས་པ་བྱང་གིས་བསྐྱོར་འགྲོ་སྤྱོད་པའི་དོན་མཚོན་པ་
སྤྱོད་སྤྱོད་པོ། །

གཤེན་ཞུ།

ཞུ་འདི་སྤྱོད་པ་གཤེན་རབ་མི་བོའི་གདུང་འཛིན་
རྟོན་པ་གིས་གསོལ་ཞིང་། ལྷ་ནི་གོས་ཆེན་དང་རས་
བཟང་སྤྱོད་པ་ལྟ། མཚོན་དོན་ནི། མདུན་བད་
གསུམ་གྱིས་སྤྱོད་གསུམ་ལྷན་རྟོགས་འགྲོ་དོན་མཛད་
པའི་དོན་དང་། སྤྱི་གཙུག་ཅེ་ལྷུ་པོ་ལྷུ་པོ་ལྷུ་པོ་
ཟེལ་གཞོན་སྤྱོད་གསུམ་ཁ་ལོ་བསྐྱོར་བའི་དོན། ལྷུ་
མཚན་དོག་གིས་ལྷུ་པོ་གཤེན་བསྐྱོར་པ་འདི་ནི་དུ་གིས་མི་རྒྱུ་འགྲོ་དོན་མཛད་པའི་
དོན་བཅས་མཚོན་པ་ཡིན། །



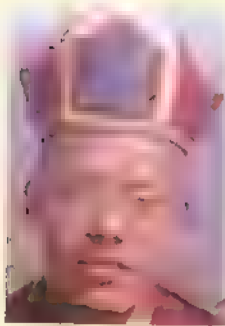
དཀར་མོ་ཅེ་ལྷུ་པོ།

ཞུ་འདིར་མཁས་ཞུ་དཀར་མོ་ཅེ་ལྷུ་པོ་ཡང་ཟེར་
ཞིང་མཁས་པའི་ཚོད་བྲ་འགྲིམ་དུས་དང་གསང་
སྤྱོད་ཀྱི་ལས་ཆོག་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུར་སྤྱོད་པས་
གསོལ་བ་ཡིན། ལྷུ་སྤྱོད་པ་ལྷུ་པོ་ནང་འཛང་ལ་སྤྱོད་
གཡོག་རས་དཀར་བྱ་དགོས། མཚོན་དོན་ནི། ལྷུ་ནས་གཞོལ་ཞིང་མདུན་ནས་
དབྱེ་བས་བོན་ལ་མོས་གིང་འཁོར་བར་ཡོད་སྤྱོད་པའི་དོན་དང་། དཔུལ་བའི་ནོར་བུ་



ཅེ་གསུམ་དང་མཐའ་རས་དམར་པོས་ཐར་སྤྲིན་གྲོལ་གསུམ་གྱི་དོན་རྫོགས་ཤིང་
དབལ་མའི་མ་ཚོགས་ལས་ལ་འཁོར་བའི་དོན། ཉང་ཤ་དམར་པོས་གསང་སྤྲགས་
བྱོལ་ཆོགས་རྫོགས་པའི་དོན་མཚོན་པ་སོགས་ཡིན།

སྒྲིམ་ཞུ།



ཞུ་འདི་ཐོག་མར་ཤར་ཇ་བཀྲ་ཤིས་རྒྱལ་མཚན་ ༡༥༧ -
༡༩༩༧ གྱིས་གསོལ་ཞིང་། ཁོང་གི་རྒྱུ་ལྷན་པས་
གྱིས་མནའ་སྒོལ་ཡོད། སྒྲིམ་ཉམས་ལེན་བྱེད་སྐབས་གྱི་ཞུ་
ཡིན་པས་སྒྲིམ་ཞུ། གཞི་མ་བྱིང་བལ་ལ་རས་དཀར་དམར་
གྱི་སྤྱི་གཡོག་དང་མཐའ་རྒྱན་གྱ། མཚོན་དོན་ནི། སྤྱི་བའི་

དར་དཀར་གྱིས་གཡུང་དྲུང་བོན་བསྐྱན་ནམ་པར་དག་ཅིང་འགྲོ་སྤྱི་བག་ཆགས་
སེལ་བའི་དོན། མཐའ་རས་དམར་པོས་འཁོར་འདས་དམར་ཐག་གཅོད་པའི་དོན།
དབལ་བའི་གཡུང་དྲུང་སྤྲོན་པོས་ཁུངས་བཅུན་གཤེན་གྱི་བསྐྱན་པ་འདི་ཉིད་ཇི་སྤྱིད་
བར་མི་ཉུང་འགྲོ་དོན་ཡོང་བའི་དོན་བཅས་མཚོན་པ་ཡིན།

དར་དཀར་ཅོག་ཞུ།



ཞུ་འདི་ནི་རས་དཀར་པོ་ཡུག་ཅིག་ལ་ལྟེ་བས་
ཅོག་འགའ་བརྒྱབ་ནས་བཅོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་།
དེའང་དར་རས་དཀར་པོ་རྩུང་དུས་སྐབས་བདེའི་
རྩུང་དུ་བཅོས་པ་ཡིན་པས་མིང་ལའང་དེ་ལྟར་གྱ། མཚོན་དོན་ནི། ཡོངས་སུ་
རས་དཀར་ལ་བྱས་པ་དེས་གཅོད་སྤྱོད་བྱི་མེད་ཐར་ལམ་གྱི་དོན་དང་། དབུ་
ཅེ་གསུམ་གྱིས་སྤྱི་གསུམ་མེ་ལྷ། དཀྱིལ་དུ་ཅེ་རྒྱལ་དོད་པས་ཡེ་ཤེས་ཐང་
ཐལ་གྱི་དོན། མདུན་རྒྱབ་གྱི་ཁ་ཆག་བྱེན་དུ་བསྐྱན་པས་གཡུང་དྲུང་བོན་རིན་
པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་ཁྲབ་རྒྱ་མཁའ་ལྟར་ཆེ་ཞིང་། ལྷ་གཤེན་ཁ་ལོ་བྱེན་དུ་བསྐྱར་
བའི་དོན་སོགས་མཚོན་གྱི་ཡོད།

ཐིགས་ལྷ།



འདི་ནི་སྤྱིར་ནང་ཆོས་འཛིན་པ་ཀུན་ལ་སྤྱང་ཡང་།
བཤད་སྤངས་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་སྤྱིད་པར་དེས། དཔེར་
ན། གཡུང་དྲུང་བོན་ལུགས་ལ་འདི་ཉིད་གཙོ་བོར་ནམ་
བརྒྱད་གར་མཚོད་གྱི་སྐབས་སུ་མཁའ་འགྲོའི་ཆ་རྒྱན་
དང་། གཤེན་འདུར་སྤྱང་པོ་བསྐྱེད་སྤྱོད་སྐབས་སུ་བདེར་

གཤེགས་རིགས་ལྷའི་ཆས་རྒྱན་གྱི་ཚུལ་དུ་གསོལ་གྱི་ཡོད། རྒྱ་ནི་གདན་གཞི་ཐུབ་
 ཆེ་བའི་རས་དང་། འདབ་མ་རྣམས་ནི་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་དང་དངུལ་སོགས་གང་
 འགྲུབ་བྱ། དེའང་བདེ་དོན་ནི། རིགས་ལྷ་ཞེས་འདབ་མའི་གུར་བྱིས་ནང་དུ་སྤྱི་ལྟར་
 འབྱུང་བ་ལྷ་ལ་དབང་བསྐྱུར་བའི་དོན་དུ་ས་བོན་དཔལ་བོ་འབྱུ་ལྷ་དང་། བར་ལྟར་
 དུག་ལྷའི་ས་བོན་བཅོམ་པའི་དོན་དུ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་སྒྲིང་པོ་དང་། གསང་བ་ལྟར་སྐྱུ་
 ལྷ་ལྟན་ལ་རྫོགས་པའི་དོན་དུ་རིགས་ལྷ་ལྷ་ཡི་གཟུངས་གཞུག་འབྲི་ལ། དེའང་
 དཔེར་ན། ཨྱོ་ཡི་རི་ཁྱི་སྐྱོ་དང་། ཡང་ན་ཨྱོ་རྩྱུ་རི་མ། གང་རུང་འབྲི་དགོས་སོ།
 མདོར་ན་རིགས་ལྷ་ལྷ་ཡི་བདེ་རྒྱགས་ཡིན་པས་ན་དེ་ལྟར་བྱའོ། གཞན་ཡང་རྒྱུད་
 འཛིན་བྱ་ཞུ་སྤྱི་མེད་དང་། སྤྱིས་བྱོན་སྐྱུལ་སྐྱུ་རྣམས་བཞི་སོགས་བོན་གཤེན་རིག་
 འཛིན་རྣམས་ཀྱི་དབྱ་ཞུ་རིགས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་ཡུལ་དུས་ཀྱིས་རྒྱུན་
 བས་སྐབས་འདིར་རེ་རེ་བཞིན་ལག་དུ་མ་སོན་ཞིང་ཞུ་བཤད་ཁག་མཇལ་ཡུལ་དུ་
 མ་གྱུར་ནའང་སྤྱིས་སུ་མཐུན་རྒྱུན་འཛིན་ཆེ་རིམ་བཞིན་ངོ་སྤྲོད་ཞུ་འཆར་ཡིན།

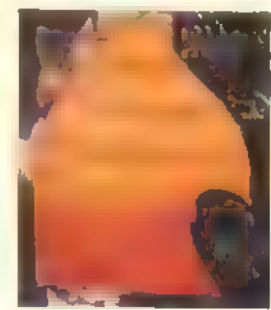
གོང་གསལ་བོན་ཞུ་དེ་དག་གི་པར་དང་ཞུ་བཤད་རྣམས་སོ་ལན་བོན་དགོན་ཡིག་ཆར་དང་། དག་བཤེས་སྒྲོན་
 ལས་ཐར་བྱིན་མཆོག་གིས་བྱགས་ཆེའི་མཐུན་འབྱུར་གནང་བྱང་བར་བྱགས་ཆེ་ཆེ་ཞུ།

ཁལ་ཁ་རྩེ་བཙུན་དམ་པའི་དབྱ་ཞུ་འདབ་ལྷ་ཅན།
 དབྱ་ཞུ་འདི་ནི་ཁལ་ཁ་རྩེ་བཙུན་དམ་པ་སྐྱུ་སྤང་
 བརྒྱད་པ་ནས་བཞེས་སྒོལ་བྱང་བར་བྲགས་ཤིང་། ཞུ་
 འདིའི་དབྱིབས་ནི་སྤར་བོད་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་
 ཆེ་ཁག་ཆོས་གསོལ་བའི་དབྱ་ཞུ་དུ་མའོ་ཙེ་ཞེས་
 པའི་ཞུ་དེ་དང་ཅུང་ཟད་འབྲ་ཞིང་། དེའི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་ནི། པད་འདབ་ནིས་བཙེགས་
 གྱི་སྤྱིར་སྐྱུ་མ་ནག་པོ་དང་། དེའི་མཐའ་རུ་སྤྱིན་ཁེབ་ལེར་པོས་མཐའ་སྤྱིལ་བདང་བ་
 དང་། ཐུ་དྲིག་གི་སྤང་བས་པད་འདབ་ཀྱི་མཐའ་རྒྱན་བྱས། ཞུ་སྤྱི་དང་པད་འདབ་ཀྱི་
 རྒྱབ་སོ་སོར་གོས་ཅན་ལེར་པོས་བྱས་བརྒྱབས་པ། ཞུའི་དོག་དོ་རྩེ་སོགས་ཀྱིས་
 བརྒྱན་པའི་དབྱ་ཞུ་ཁྲད་པར་ཅན་འདི་ནི་མཇེད་སྒོ་ཆེ་ཁག་དང་བཀའ་ཆོས་གནང་
 སྐབས་སུ་མནའས་སྒོལ་ཡོད། འོན་ཀྱང་དབྱ་ཞུ་འདིའི་ཞུ་བཤད་ཆད་ལྟན་ཞིག་
 ལག་སོན་མ་བྱུང་བས་ཞིབ་འགྲེལ་ཞུ་ཐབས་བྲལ་བ་བཅས་སོ།



པཎ་ཞུ་ན་ཐུང་།

དབྱ་ཞུ་འདི་ནི་རྩེ་བཙུན་དམ་པ་ན་ཐས་བཞེས་པའི་དབྱ་ཞུ་
 ཞིག་ཡིན། དབྱ་ཞུ་འདི་ནི་པཎ་ཞུའི་རིགས་གིག་ཡིན་པ་
 ལ། ཞུ་ན་ཏ་ཅང་ཐུང་བས་པཎ་ཐུང་ངམ་པཎ་ཞུ་ན་ཐུང་དུ་
 བྲགས། བར་པའི་རི་བྱོད་པ་སལ་སོ་ཆེས་པཎ་ཞུ་ན་ཐུང་



འདི་བཞེས་སྟོལ་དང་ཁྱབ་ཆེ་ཙམ་ཡོད། ལོགས་སུ་ཁྱེད་ཀྱི་དམར་པོ་གསུམ་གྱིས་
བརྒྱན་པ་དེ་དག་ནི་སྡེ་སྡོད་གསུམ་ལ་བྱང་ཆུབ་པའི་དོན་མཆོན་ཞིང་། ལྷ་རྩ་ཐུང་བ་
དེས་ང་ལྟལ་གྱི་གཉེན་པོ་མཆོན་ནོ།

སྐྱུགས་ལྷ།



དབུ་ལྷ་འདི་ནི་ཁལ་ཁ་རྩེ་བཅུན་དམ་པ་དགུན་དུས་
སྐྱུགས་སྡོད་དུ་ཐེབས་སྐབས་གྲང་སྡོབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་
བཞེས་པའི་དབུ་ལྷ་ཞིག་ཡིན། ལྷ་ཆ་གཙོ་བོ་དུང་
འགྲོའི་བགས་པ་དང་། དེའི་སྡེ་ཤར་གོས་ཆེན་སེར་
པོའི་སྡེང་སྒྱུད་པ་སྡེ་སྒྱུད་དང་། དཀར་པོས་སྡིན་རིས་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཡོད་པ་དང་།
དོག་རིས་པ་གསུམ་ཅན་དེ། ཅ་བར་བྱ་རུའི་ཕྱོང་རྩོབ་དང་། བར་དུ་ཕུ་དྲིག་ཕྱོང་
གཅིག་མ་སྡེང་དུ་སྡོས་ཤེལ་བཅས་ལས་གྲུབ་པའི་དོག་གིས་བརྒྱན་པའི་དབུ་ལྷ་
ཞིག་ཡིན།

གོང་གསལ་ལྷ་རྩམས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་གནང་མཁན་ཁལ་ཁ་རྩེ་བཅུན་དམ་པའི་སྐྱུགས་རྩེ་ཆེ་ལྷ།

བོད་ལྷ་སྡེ་ཆོགས།

ལྷ་ནག

རྩལ་འབྱོལ་བས་དབང་དང་དབུ་ག་པོའི་ལས་སྡོར་གྱི་
སྐབས་ལུས་ལ་སྐྱགས་ཆས་དང་དབུ་ལ་ལྷ་ནག་བཞེས་
དེ་འཆས་མཛད་པ་ཡིན། དབང་ནི་མི་དང་མི་མ་ཡིན་
སོགས་དབང་དུ་བསྐྱུར་བས་དབང་དང་། དབུ་ག་པོ་ནི་སྡེ་
ནང་གི་དབུ་ག་པོ་ཆར་གཙོད་པར་བྱེད་པས་དབུ་ག་པོ་ཞེས་
བར་གོ་དགོས། ལྷ་ནག་གི་ཁ་དོག་དེས་ཆོས་དབྱིངས་འགྱུར་བ་མེད་པ་མཆོན་པ་
དང་། མོད་པའི་མཆོན་དོན་ནི། མོད་པ་སྡེ་དཀར་བས་ཐབས་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་།
ནང་དམར་བས་ཤེས་རབ་སྡོང་པ་ཉིད་དང་། དེ་གཉིས་མོད་པ་གཅིག་ལ་ཆང་བས་
བདེ་སྡོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་མཆོན། དྲིུ་ཆང་གིས་འོག་གདོན་སྡེ་གཉིན་
ས་བདག་གཞོན་རྩལ་པ་མཆོན། མཁའ་སྤྱིང་གི་གསོག་པ་གཅིག་བར་སྡུང་ལ་
བསྐྱངས་ཤིང་། གསོག་ཡས་ལྷ་མཆོ་བཀའ་པ་སྡེ་སྡེ་བདུལ་བའི་གདམ་ལ་སྡུར་ན་
དགོས་པ་གོང་དང་འདྲ། མ་ལུའི་སྡོ་མདོང་གིས་མ་ལུས་བཙན་དུག་འཇུ་བ་བཞིན་
སྐྱགས་པ་རྩལ་ལྷ་ཀྱིས་དུག་ལྷ་ཡེ་ཤེས་ལྷར་འགྱུར་རྩལ་པ་མཆོན། རྩེ་དང་མོད་
པ་གཉིས་འབྲེལ་ནས་བཞག་པ་དེས་སྡེ་སྡོད་ཀྱིས་ཐུང་འཇུག་དུ་འཇུག་པ་མཆོན།
གཡས་གཡོན་འབྲུག་གསོག་གཉིས་ཀྱིས་དབུ་སྐྱགས་འབྲུག་ལྷར་སྡོག་ཅིང་གནས་



ལྷགས་ཐོག་སེར་འབེབ་པ་མཆོད། དར་མཆོད་སྐུ་ལྷས་སྐུ་ལྷ་ཡེ་ཤེས་ལྷན་གྱི་གྲུབ་
པ་མཆོད། ཏུ་མིག་ནང་གི་མིག་དྲུག་གིས་མིག་དྲུག་ལག་དྲུག་སྟོབས་དང་ལྷན་ཞེས་
པའི་མིག་མཆོད་པ་བཅས་སོ།

རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷ་གཙུག་ཏོར།

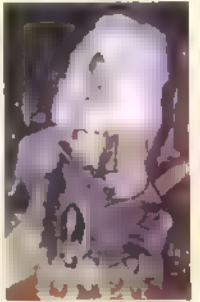


དབུ་ཞུ་འདི་ནི་དབང་ཆས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། ལྷ་མ་དང་།
མཁན་པོ་སོགས་ཀྱི་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་སོགས་ཀྱི་སྐབས་
དང་། ལོ་འཁོར་སྐུ་བ་མཆོད་སྐབས། དེ་བཞིན་བཟན་
བཞུགས་འབུལ་དུས་མཁའ་འགྲོ་སྟེ་ལྷའི་གར་འབྲེལ་སྐབས་
སོགས་སུ་མནའ་སྟོན་ཡོད། རིགས་ལྷ་གཙུག་ཏོར་ལ་མཆོད་ན་ཞི་རྒྱས་དབང་
དྲག་སོགས་ལས་བཞིའི་དབང་གིས་ཁ་དོག་དཀར་སེར་དམར་ནག་གྲེད་སྟོན་ཡོད།
རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷ་ནི་ ༡ སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་སྤྲང་མཛད་དང་། ༢ རིན་ཆེན་འབྲུང་
ལྷ། ༣ འོད་དཔག་མེད། ༤ དོན་ཡོད་གྲུབ་པ། ༥ མི་བསྐྱོད་པ་བཅས་ཡིན། དེ་ཡང་
གསང་སྟགས་ཀྱི་ལམ་ལ་ཞུགས་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕུང་པོ་
ལྷའི་མ་དག་པའི་ཆ་རྣམས་གནས་འབྱར་ནས་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷའི་ངོ་བོར་སངས་
རྒྱས་པ་སྟེ། གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་དག་པའི་ཆ་སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་སྤྲང་མཛད་ཡིན་
པས་དེའི་སྐུ་མདོག་དཀར་པོ། ཆོར་བའི་ཕུང་པོ་དག་པའི་ཆ་སངས་རྒྱས་རིན་ཆེན་
འབྲུང་ལྷན་ཡིན་པས་དེའི་སྐུ་མདོག་སེར་པོ། འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ་དག་པའི་ཆ་

སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་ཡིན་པས་དེའི་སྐུ་མདོག་དམར་པོ། འདུ་གྲེད་ཀྱི་ཕུང་
པོ་དག་པའི་ཆ་སངས་རྒྱས་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་ཡིན་པས་དེའི་སྐུ་མདོག་ལྷང་ཁ།
རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ་དག་པའི་ཆ་སངས་རྒྱས་མི་བསྐྱོད་པ་ཡིན་པས་དེའི་སྐུ་མདོག་
སྟོན་པོ་བཅས་སོ།

གནས་རྒྱང་དབུ་མོག་

འདི་ནི་གནས་རྒྱང་དོན་དྲག་ལྷན་གྱི་དབུ་མོག་ཡིན། དབུ་མོག་
གི་ལོགས་སུ་གཙུག་པའི་སྟེང་དུ་བླ་མ་སྐུ་ལོ་ལྷའི་དབུ་རྒྱན་
ནི་ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་དབང་བསྐྱར་ཡེ་ཤོགས་རང་ཆས་སུ་མངའ་
བའི་བད་དང་། མོག་གི་ལོགས་སུ་མ་བྱའི་སྟོ་མདོངས་ནི་རིག་
ཅུལ་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གསལ་སྟོ་མ་འགག་པར་སོར་རྟོགས་ཡེ་ཤེས་
སྐུ་སྤྲང་པ་མཐའ་ཡས། སྟོ་མདོངས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ཡང་ཟེར་ཞེས་རིན་ཆེན་དང་པོ་
གསེར་གྱི་རལ་གྱིས་མཆན་པ་ནི། རང་བྱུང་གི་རིག་པ་ལ་རང་དབང་དུ་བསྐྱར་བའི་
དག་གྲོལ་གཉིས་ལྷན་གྱི་བྱ་བ་རང་གྲུབ་པའི་བྱ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་དོན་ཡོད་གྲུབ་
པ། དབུ་མོག་གི་དབུས་སུ་རྒྱལ་མཆན་གཤམ་ལོ་ལྷ་བཅུགས་ནི་ཆོས་མཐུན་གྱི་བྱ་
བ་རྣམས་སྟོགས་ཀྱང་དུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་བད་དང་། རྒྱལ་མཆན་གྱི་སྟེང་དུ་རིན་
པོ་ཆའི་དོག་ནི་འཁོར་འདས་ཡེ་ནས་སྟོང་ཉིད་ཆེན་པོ་དག་མཉམ་དུ་ཡོད་པའི་ངང་
ཚུལ་ཤེས་པའི་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་རིན་ཆེན་འབྲུང་ལྷ། མོག་སྟེང་དུ་ཟ་ལོག་



སྒྲུ་གོས་ཆེན་གྱི་ཕྱོག་དར་ལྔ་བཅུགས་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་ལྔ་ཡིས་མ་རུང་པའི་བྲེགས་པ་
 ཅན་རྣམས་དཔལ་ངར་ཆག་པའི་བདེན་མཚོན་པ། ཕྱོག་དར་གྱི་ཅེར་བྱ་ཚོད་གྱི་སྒྲུས་
 བརྒྱན་པ་ནི་བྱ་ཚོད་གྱིས་ལྷ་ལས་མཐར་ཐུག་པའི་ནས་འཕང་གཅོད་པའི་རྣམ་
 ཐུགས་དང་ལྷན་པ་འདི་ཉིད་གྱིས་ངན་གཡོའི་འཕུར་སྤྲིང་གཡོ་བྱེད་ནག་ཕྱོགས་གྱི་
 སྒྲེ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་རྣམ་པའི་བདེ་མཚོན་པ་བཅས་སོ།

ཨ་མཚོད་ལྷ།



ལྷ་འདི་ནི་ཉི་མ་ལ་ཡའི་ས་ཁུལ་གྱི་ནང་པའི་ཨ་མཚོད་དེ།
 སྒྲོང་པའི་ནང་རིམ་གྱོ་གནང་མཁན་གྱི་གྲུ་བཅུན་ཁག་ཅིག་
 གིས་དབྱར་དགུན་མེད་པར་བྱོན་སྒོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་མོ་ཞིག་
 ཡིན། འདིའི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ། སྤྲུལ་བྱ་མེར་པོ་ལས་བྱས་པ་
 དང་། དེའི་སྤྲེང་རས་སྒྲོ་ལྔ་དམར་མེར་གྱིས་མཛེས་རྒྱན་སྤྲས་ཤིང་། ནང་ཤར་རས་
 དམར་པོ་ཡུག་ཅིག་བཏང་སྟེ་གྲུལ་བསྐྱར་འགྲིག་པའི་ཤར་ཆོམ་དང་། མཐར་རས་
 སྒོན་པའི་མཐའ་ལྷགས་ལེགས་པར་གདོང་གི་ཡོད། ལྷ་མོ་འདིར་བྱོན་སྤྲངས་མི་
 འདྲ་བ་ཡོད་དེ། པར་འདིའི་ནང་གི་བྱོན་སྤྲངས་ནི་དགུན་དུས་གང་ངར་ཆེ་པའི་
 སྐབས་ཀྱི་བྱོན་སྤྲངས་རེད། གང་རྒྱང་ལས་སྒྲོལ་ཆེད་རྒྱ་ཁེབས་དང་། རྒྱལ་ལག་
 ཅས་ནར་ནར་རིང་པོ་དེ་ལྷག་རྒྱལ་དུ་སྒྲོད་ནས་འཛོག་པ་ཡིན། དབྱར་དུས་ལྷ་ལྷ་དེ་
 རྒྱལ་མདུན་བཛེས་ནས་བྱོན་ཏེ། རྒྱ་ཁེབས་གཉིས་ནང་དུ་བལྟམས་པ་དང་། རྒྱལ་
 ལག་གི་སྤྲེད་ཅམ་ནང་དུ་བཅུག་ཅིང་། སྤྲེད་ཅམ་དཔལ་བའི་སྤྲེང་སྒྲོད་དེ་ནི་སྒྲོལ་གྱི་
 རྒྱལ་དུ་བྱོན་སྒོལ་ཡོད་དོ། །

གཙོད་ལྷ།



ལྷ་འདི་ནི་གཙོད་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་དང་། གཙོད་གྱི་སྒྲོ་
 ནས་ལས་མཐའ་བརྒྱམས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་མནའས་
 སྒོལ་ཡོད། གཙོད་གྱི་གདམས་པར་ཕོ་གཙོད་དང་མོ་
 གཙོད་ཅས་ཁག་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། ཕོ་གཙོད་ནི་སྤྲང་ར་
 མེར་པོ་ནས་བརྒྱད་པ་དང་། མོ་གཙོད་ནི་མ་གཅིག་
 ལས་སྒྲོན་ནས་བརྒྱད་དེ་ད་བར་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་དུ་དར་བའི་ཕུང་པོ་གཟན་
 བསྐྱར་གྱི་གདམ་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པར་གཙོད་གདོང་བ་ཞེས་
 བརྗོད། དེའི་སྐབས་སུ་ལྷ་འདི་མནའས་སྒོལ་ཡོད་པས་མཚན་ལའང་གཙོད་ལྷ་ཞེས་
 བྲགས་སོ།

ཚོག་མོ་གནམ་ལྷགས་འབྲུམ་ཐུབ།



དབྱུ་ལྷ་འདི་ནི་གྲུ་ཕྱུ་པུ་འབྲུང་གནས་དང་། ཆོས་
 རྒྱལ་ཁྲི་སྒོང་སྟེ་བཅུན་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱིན་ལས་
 གཅིག་དུ་བསྐྱས་པའི་ཕོ་ལ་གར་ནག་ཕྱོགས་བདུད་གྱི་
 ཁ་གཞོན་དུ་ཤར་བ། འཛམ་གླིང་གེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཞེས་
 ཡོངས་སུ་བྲགས་པའི་སྤྲེས་བྲའི་དམག་ཆས་ཏེ། ཚོག་
 ཆེན་རྒྱལ་བའི་ཐོད་དཀར་རམ། ཚོག་མོ་གནམ་

ལྷགས་འབྲུམ་ཐུབ་ཅེས་གྲགས། གེ་སར་རྒྱལ་པོ་དགའ་ལོ་བཅུ་གསུམ་ནས་གཡུལ་
ལས་དཔག་སྒྲོན་འགོ་ཚུགས། དེ་ནས་བཟུང་དཔག་ཆས་རྣམས་ཀྱང་བཟོ་དཀྱིབས་
འདི་དང་སྒྲོགས་མཚུངས་ཅན་དར་ཞིང་། ཡུལ་ལྷ་མང་པོའི་ཆས་ཀྱང་འདི་དང་འདྲ་བར་
ཡོད་སྟངས་བཅས་སོ།

ལྷ་ཁྱུ་



ལྷ་གཅིག་གིས་དཀྱིབས་དུ་མ་སྒྲོན་པ། ཉོར་སྒྲིང་གཡུལ་
འབྲེད་ནང་གི་གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་སྒྲུལ་པ་འཛོམ་པ་སྒྲན་
གསུམ་གྱི་ལྷ་སྟེ། སྤྱིས་སྤྱ་སྒྲིང་གེ་སར་གྱི་ལྷ་ཁྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་
མཁན་སྒྲུང་པ་ཚོས་སྒྲོན་པས་སྒྲུང་ལྷ་ཞེས་གྲགས་སོ།

ཐུན་ལྷ་



དབུ་ལྷ་འདི་ནི་དྲག་སྒྲགས་གྱི་རྒྱས་པ་ཐོན་པའི་སྒྲགས་
པ་རྣམས་གྱིས་དྲག་པོའི་ལས་སྒྲོར་སྐབས་སྒྲོན་རྒྱུའི་
སྒྲགས་པའི་དབུ་ལྷ་ཞིག་ཡིན།

མཐུ་ལྷ་

དབུ་ལྷ་འདི་ནི་གསང་སྒྲགས་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་རྣལ་
འབྱོར་བ་བསྐྱེད་ཚུགས་གྱི་ལས་ལ་གནས་གིང་
སྒོམ་པ་དང་དམ་ཆོག་སྒོག་ལས་གཅེས་པར་
བཟུང་བ། སྤྱིགས་དུས་གྱི་ཡོ་ལང་སྒྲ་ཆོགས་པའི་
སྒོབས་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཉེར་འཛེ་རྣམས་སྒྲགས་
གྱི་ཆོག་ཟབ་མོ་དང་། ལྷ་མའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་
ས་ནད་གདོན་གནོད་པ་ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་། ཆེ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་གིང་།
རྒྱལ་སྒྲོན་བཅུན་མོ་ཡུལ་འཁོར་དབང་དུ་སྦྱད་པ་དང་། བྱད་པར་སངས་རྒྱས་གྱི་
བསྐྱན་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྦྱིད་ལ་གནོད་པའི་གཟུགས་ཅན་གཟུགས་
མེད་གྱི་དགྲ་གདོན་བགོགས་ཆོགས་རྣམས་ཚར་གཙོད་པའི་སྤྱིར་མནན་སྟེག་འཕང་
པའི་ལས་སྒྲོར་སྟེགས་རིམ་གཉིས་ལས་ལ་བརྟེན་པའི་དྲག་ཤུལ་གྱི་སྒྲོད་པ་ལ་
གདང་ཐོབ་པའི་ལྷ་མ་ཁག་ཅིག་གིས་གསོལ་བའི་དབུ་ལྷ་སྟེ། མཚོན་དོན་ནི། ལྷ་ཡི་
ཅེ་མོ་དང་དགྱིལ་དང་ཞབས་རྣམས་ནི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་མཚོན་པའོ། ལྷ་འདབ་རྩ་
བ་རྒྱུམ་པོར་འཁོར་བ་ནི་ཞི་བའི་ལས་ལ་རང་བྱན་ཆུང་པའོ། ལྷ་སྒྲག་གཡལས་གཡོན་
འབྲུར་དུ་དོད་པ་ནི་དབང་གི་ལས་ལ་ཐོགས་མེད་དུ་འཇུག་པ་མཚོན་ནོ། འདབ་
དགྱིལ་གྱུ་བཞིར་སྒྲུང་བ་ནི། རྒྱས་པའི་ལས་ལ་མ་སྒྲོངས་པའི་བདེའོ། མདུན་རྒྱབ་



གྱི་འདབ་མ་བྱུང་ཏུ་ལངས་པ་ནི་མངོན་སྲོད་གྱི་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་གདུལ་བྱ་བའི་
བ་ལ་བཞོད་པའི་དོན་ནོ། ཁ་དོག་མཐིང་གར་སྒྲུང་བ་ནི་ཆོས་དབྱིངས་འབྱུར་བ་མེད་
པ་ལས་ཆོ་འཕུལ་སྒྲ་ཆོགས་ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་དོན་མཆོན་པའོ།

གོང་གསལ་བོད་ལྷ་ཁག་གི་བར་དང་ལྷ་བཤད་གྱི་མཐུན་འབྱུར་གནད་མཁན་བོད་གྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་བོད་ཡིག་
ཐེ་ཆེན་དང་། རྣམ་གྱའི་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་། རྣམ་གྱའི་བྱབ་བསྐྱན་ཡར་འཕེལ། གནས་ཚུང་གྲུ་ཆོང་
གི་གན་བྱབ་བསྐྱན་ཕྱན་ཆོགས་མཆོག་བཅས་ལ་བྱགས་ཇེ་ཆེ་ལྟ།

དབྱུང་གཞིའི་དེབ་རིགས་ཁག

- ༡། སྒྲིབ་དཔོན་བཟ་གིས་རྒྱ་མཆོའི་<<ལྷ་འབྱུར་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་རིག་འཛིན་རྒྱ་
མཆོའི་ལོངས་སྒྲིབ་ཆོས་གོས་རྒྱན་དང་རོལ་མོའི་རྣམ་བཤད།>>
- ༢། འཇམ་མགོན་མི་ཐམ་གྱི་<<མཐོང་གྲོལ་ལྷ་མོའི་འཕེལ་གདམས།>>
- ༣། བདུད་མགོན་དེགས་གོན་གཟི་འབར་གྱི་<<ལྷ་མདོག་དམར་མེར་གྱི་བྱུང་
ཚུལ་དང་། དེའི་འཕྲོས་གདམས།>>
- ༤། ཐེ་མྱིད་སངས་རྒྱས་མཆོའི་<<དགའ་ལྷན་ཆོས་འབྱུར་ལེའུ་ཐེར་གོ།>>
- ༥། མདོ་རྒྱགས་བསྐྱན་པའི་ཉི་མའི་<<ལྷ་བྱབ་ཤན་འབྱེད་ཅ་འབྲེལ།>>
- ༦། གྱུ་བྱ་བཟ་གིས་གྱི་<<རྩིང་མའི་ཆོས་འབྱུང་།>>
- ༧། བདུད་འཛོམས་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེའི་<<རྩིང་མའི་ཆོས་འབྱུང་།>>
- ༨། བསོད་ནམས་ཆོས་འབྱུབ་གྱི་<<ཀུན་མཁྱེན་ཤོང་ཆེན་པའི་རྣམ་ཐར།>>
- ༩། ཏུང་དཀར་ལྷོ་བཟང་འཕྱིན་ལས་གྱི་<<བོད་གྱི་ཆོས་སྲིད་རྒྱུང་འབྲེལ་སྒྲོར་བཤད་པ།>>
- ༡༠། ཆེ་གཏན་ཞབས་བྱུང་གི་<<བོད་ཏུ་དར་བའི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་གྱི་
གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་མིང་འདོགས་གྱི་དབྱུང་བ་འབྱུལ་མེལ་དག་གི་སྒྲགས་མ།>>
- ༡༡། ཇོ་ནང་ཏུ་ར་ན་ཐའི་<<ལྷ་གར་ཆོས་འབྱུང་།>>
- ༡༢། བསྐྱན་པའི་སྒྲོན་མའི་<<ཨོ་རྒྱན་སྒྲིན་གྲོལ་ཤིང་གི་དཀར་ཆག།>>
- ༡༣། ཇོ་དཔལ་སྐུལ་ཨོ་རྒྱན་འཛིགས་མེད་གྱི་<<ཀུན་བཟང་ལྷ་མའི་ཞལ་ལུང་།>>
- ༡༤། གནས་ཚུང་གྲུ་ཆོང་གི་<<གནས་ཚུང་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་བོའི་སྐུ་
ཆས་རྒྱས་པའི་མཆན་དང་མཆོན་དོན།>>

231 འཇམ་མགོན་ཐོ་སྒྲོལ་མཁའ་ཡུལ་གྱི་<<སི་རུའི་དབུ་ཁྱའི་བཤད་པ།>>

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

མིང་།	ཤོག་གྲངས།	མིང་།	ཤོག་གྲངས།
* ཆེ་མིང་ཕྱིན་ཁེབས། ཡང་ཞ།	མ	* ལྷགས་མདའ། ལ་འབྲིལ།	24
* བྱིང་ཞ། ཆར་ཞ། སོག་ཞ།	4	* སྒྲུང་མཐོ། ལྷ་དཀར།	28
* ཡར་ཞ། ལ་ཞ། ཀོང་ཞ།	8	* ལྷ་མི་ལ། གཙུག་ལྷ་དང་།	30
* སྤྱ་ཞ། ལྷ་མདའ་ལྷ་མོ།	10	* ལྷགས་ལྷ། ཡར་གོང་།	32
* ལྷགས་ལྷ། ལྷ་ལ་མཐུང་ཉི་ལྷོ་ལ།	12	* ཆོས་ལྷ་ལ་སྒྲུང་བཙན་གྱི་ལ་མོད།	32
* ལྷ་གར་ལྷ་མོ། སེར་གཟེང་།	12	* མད་ལྷ། ལྷ་འཕོག	32
* ལྷ་ལ་མོ། རོང་ལྷ་ལྷ་མོ།	12	* ཡ་ལྷག་ལྷ་ལ་མོད་དཀར།	32
* རོ་ལྷ་མོ།	12	* ལྷགས་ལྷ། ལྷགས་ལྷག	34
* ཉི་གཡལ་གྱི་ལྷ། ཆར་ལྷ་མོད་བསྐྱེད་སྤྱང་སྤྱང་།	14	* བྱིང་ཞ། ཀེབ་ཞ།	36
* འཕྱོངས་ལྷགས་ལྷ། དགའ་འབྲིལ།	16	* མོད་འཕོག	38
* ཡ་མདོ་དཔལ་འཛིན་ལྷ། སྤྱ་གཡལ་སོག་ལྷ།	18	* ཡོ་ལྷ་ལ་ལྷ།	38
* འདས་གཟུང་ལྷ། མོ་ལྷ།	14	* ལྷ་མོད་ལྷ་ལྷ།	40
* གར་ལྷ་ཁག་གཉིས།	18	* གར་ལྷ།	42
* མོན་ལྷ། ཡ་ཆེ་ལྷ་མོད་འཕྱོངས་ལྷ།	20	* ལྷ་ལ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	42
* ལས་ལྷ། ལྷ་ལྷ་ལྷ།	22	* མཐོང་གྲོ་ལྷ་ལྷ་དཔལ་ཁག་གཉིས།	44
* ལ་མེར། ཡར་ལྷ།	22	* མཐོང་གྲོ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	44
* ལྷ་དཀར་ཆེ་ལྷ། མདོ་ལྷ་ལྷ་མོ།	22	* དྲགས་ལྷ། ལག་གྲུ་ལྷ།	46
* རས་ལྷ་ནག་མོ།	24	* ལྷ་ལྷ། དཔལ་ལྷ་མོད་ལྷ་ལྷ།	48
* ལ་ཆེན་ལྷ་ལྷ།	24	* ལྷ་ལྷ།	48
* ལྷ་ལྷ་ལྷ།	26	* ལྷ་ལྷ། ལ་ལྷ།	50
* ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	28	* གར་ལྷ།	52

མིང་། ཤོག་གྲངས།

* ཆེ་ལྷ།	52
* ལྷ་ལྷ། ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	54
* ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	54
* ལྷ་ལྷ།	56
* ལྷ་དཀར་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། ལྷ་ལྷ།	58
* ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	58
* ལྷ་ལྷ་ལྷ། དཀར་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	60
* ལྷ་ལྷ།	60
* དཀར་དཀར་ལྷ་ལྷ། ལྷ་ལྷ་ལྷ།	62
* འདས་ལྷ་ལྷ། ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	62
* ལྷ་ལྷ་ལྷ།	62
* ལྷ་ལྷ།	64
* ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	64
* ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	66
* ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	66
* ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	68
* ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	68
* ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	70
* ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།	72